


CLAIRE MOULON

VIDA Y PASION AL SERVICIO DE LA LIBERTAD

# Revista de la MUJER









Un grupo de prostitutas de la ciudad de Nueva York, en los Estados Unidos, parece haberse decidido a combinar sus clásicas y juzgadas actividades con la expresión artística.

En la foto, una de las más conocidas mujeres de ese ambiente, llamada "Mistress Roe", contempla una exposición de obras plásticas que el grupo mencionado exhibe en la Galería de Arte Hilton de esa ciudad.

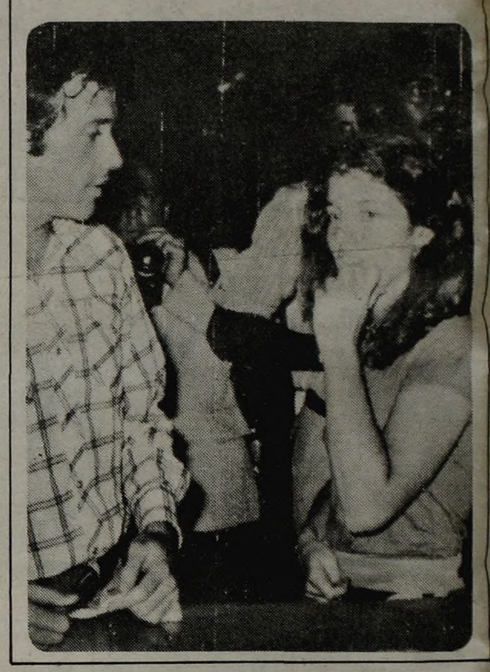
Las prostitutas, que ejercen su radio de acción en los suburbios de la zona alta del este de Nueva York, aliviarán a través del arte el peso de sus costumbres nocturnas y el tipo de vida que llevan.

La exposición cuenta con más de 200 trabajos, entre ellos óleos, pinturas, pasteles, dibujos, collages y fotografías. La muestra, que es muy visitada, se extenderá hasta el 17 de este mes.

**Carolina Kennedy, la primogénita del asesinado presidente norteamericano John Fitzgerald Kennedy y Jackeline viuda de Onassis, llega al snack bar de una discoteca de la ciudad de Nueva York, en compañía de su novio actual, llamado Tom Carney.**

**La jovencita, que ha tenido ya varios acompañantes distintos a pesar de contar con poco más de veinte años, suele visitar a menudo las discotecas neoyorquinas —en este caso la "Roxy Roller Disco"— al mismo tiempo que practica su inclinación por la fotografía. Carolina aún no eligió marido, y esa parecer ser la principal preocupación de "mamá Jackie".**





*La periodista y escritora italiana Oriana Fallaci recibió recientemente un premio conocido con el nombre de "Mujer que lee" (Donna che logge) en razón de la cantidad de ejemplares vendidos de uno de sus libros, titulado "Un Uomo".*

*El galardón, que consiste en una faja de honor para cada uno de los libros exhibidos en los comercios, es otorgado por un comité, que basa su elección en los gustos y preferencias del público.*

*Más de 50 libreras de importantes locales de Milán, Palermo, Trieste y Cuneo, —todas ciudades italianas— enviaron sus votos por correspondencia, hecho que determinó una vez finalizado el escrutinio, que se eligiera el libro de Oriana Fallaci.*

*El concurso también reveló, según la presidenta del comité organizador, Pina Tarantela, que de cada 100 lectores, 70 son mujeres.*

*El premio "Mujer que lee" fue creado por libreras italianas en 1978, y tiene algo en común con un certamen similar, denominado "Bancarella". El libro de Oriana Fallaci, ha figurado desde su aparición entre aquéllos más vendidos, y se presume que con esta distinción seguirá liderando la lista de best-sellers italianos.*

Las catorce mujeres que integran el Colegio de Abogados de la ciudad de Hamburgo ocasionaron un serio conflicto con sus colegas masculinos, (que son mayoría) al publicar en conjunto un libro que trata sobre los consejos prácticos a tener en cuenta por las mujeres que deseen divorciarse.

Los abogados, profundamente indignados por la acción de las revolucionarias letradas, decidieron iniciar un expediente en contra de la mencionada publicación. Las mujeres, sin embargo, impugnaron la resolución y finalmente la justicia —que también es una dama— resolvió la sentencia a favor de ellas.

El sector masculino del Colegio de Abogados había calificado de "lesivo" el libro en cuestión titulado "Consejero para el divorcio: de mujeres a mujeres". Sin embargo, éste ha sido desde su publicación —en el año 1977— un éxito total. Tanto es así que la casa editorial se encuentra abocada a la preparación de la tercera edición de la obra.

Luego de la reforma de la ley de divorcio, las catorce abogadas comenzaron la redacción de su manual, con el propósito de ayudar a sus iguales a saber manejarse en caso de pretender una separación conyugal. Los pasajes que los miembros del Colegio criticaron con más agudeza, son los referidos a cómo actuar frente a los abogados ante una situación de divorcio. En ese caso, las letradas aconsejan recurrir a un solo abogado, con el simple objetivo de ahorrar dinero. Agregan además —y esta parte fue la más cuestionada— que la mujer nunca debe aceptar un intento de arreglo propuesto por el juez, para conseguir acelerar los trámites sin ningún tipo de interrupciones por el camino.

La queja del grupo de abogados estuvo motivada por considerar que la publicación "atenta contra la honorabilidad de los profesionales de la abogacía" y en especial aquellos puntos anteriormente señalados.

Por su parte, las escritoras declararon que el objeto principal de su libro es evitar que, por ignorancia, las mujeres acepten siempre las condiciones que sus maridos exigen en caso de separaciones y divorcios, ya que juzgan que, generalmente, son planteos de mala fe.

Finalmente, el representante ante el juez del revolucionario grupo de mujeres del Colegio de Abogados de Hamburgo, declaró que la justicia había apoyado la normal circulación del manual porque éste colabora enormemente con las damas de pocos recursos que no pueden acceder a la consulta con el letrado, y terminan, invariablemente, siendo engañadas por el que hasta ayer era su marido.

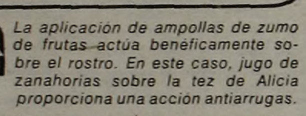
# La Eterna Juventud del Rostro ya no es una Quimera Fugaz

*Mantener el rostro terso y joven, a pesar de los años, ya no es imposible. Un tratamiento integral a partir de los 25 años es el método preventivo más eficaz para evitar arrugas e impedir la deshidratación de la piel. El futuro de su belleza depende de los cuidados de hoy.*



*La esteticista Miryam Bordoni.*





*La aplicación de ampollas de zumo de frutas actúa benéficamente sobre el rostro. En este caso, jugo de zanahorias sobre la tez de Alicia proporciona una acción antiarrugas.*



*Adriana comienza un tratamiento preventivo para evitar futuros trastornos difíciles de erradicar. No solo una buena limpieza de cutis es necesaria a partir de los 25. Aquí, una vaporización con agua mineral sobre la tez.*



*El tratamiento facial integral comprende la ozonización de la piel, un elemento imprescindible que aporta extraordinarios beneficios. Actúa como desinflamador, antibactericida y sobre manchas. Además, rehabilita la piel. En la foto se ozoniza con aplicador electrónico.*

La eterna juventud del rostro es una aspiración de toda mujer, pero no todas recordamos a tiempo el tratamiento necesario para evitar que éste envejezca o se deteriore por efectos de líneas precoces, tensiones, flacidez o deshidratación.

El futuro de la piel depende mucho del presente. Prevenir desde los 25 años es el método que recomienda Myriam Bordoni, esteticista, dedicada al tratamiento facial completo. La especialista sugiere no utilizar cosméticos por propia determinación o tentadas por un buen aviso publicitario.

Es imprescindible realizar un análisis de piel que determine las carencias y necesidades de cada caso para hacer un tratamiento adecuado a cada persona.

El tratamiento integral comprende: limpieza de cutis, hidratación; tonificación muscular; masaje facial; tratamiento antiarrugas; ozonización e ionoforesis.

La ozonización actúa sobre manchas y en inflamaciones rehabilitando la piel, oxigenándola y eliminando las bacterias. Por medio de la ionoforesis, se introducen los elementos necesarios para cada dermis a las capas más profundas.

Un tratamiento fácil completo demanda diez sesiones y un mantenimiento que se realiza una vez al mes. De esta manera se asegura una buena tonificación muscular. La utilización de elementos químicos que nos brinda la naturaleza, tales como vegetales, jugos de frutas y aceites vegetales, permiten nutrir convenientemente los tejidos. Hay que tener en cuenta que éstos, como el colágeno (sustancia que se extrae del organismo humano), deben ser estabilizados químicamente antes de aplicarse sobre la piel.

### DE LOS 25 A LOS 35

En este período, comienzan a insinuarse arrugas porque las fibras de colágeno y reticulina encargadas de brindar sostén a la piel, comienzan a perder elasticidad. Para evitar un rápido deterioro, debe protegerse la tez hidratándola y tonificándola. La aplicación de ozono en alguna de sus cuatro variantes, permite una excelente oxigenación de los tejidos y actúa como antibactericida y factor de regeneración.

### DE LOS 35 A LOS 45

Aquí, es imprescindible realizar un tratamiento a conciencia de las fibras de sostén de la piel, ya que éstas son el desencadenante de arrugas muy difíciles de erradicar una vez instaladas. Es esencial mantener el tono subdérmico. La aplicación de ozono en forma indirecta, con "pinzamiento de Jacquet" logra estabilizar un buen tono muscular.

### DE LOS 45 A LOS 55

Los cambios producidos por la menopausia, determinan la aparición de arrugas y la deshidratación de la piel. Además, se insinúa vello incipiente que genera angustia física y psíquica. Es necesaria la aplicación de fitoestimulinas (hormonas vegetales); silicium (hierro, magnesio, y manganeso) y reticulina (proteínas). Estos se aplican con un aparato electrónico sobre cada arruga, lo que permite que estas sustancias ingresen directamente a las capas más profundas de la piel.

### DE LOS 55 A LOS 65

La llamada tercera edad acentúa los problemas de la etapa anterior. Aquí suele recurrirse a la cirugía estética apoyada siempre con los tratamientos anteriores.

Esta nota se realizó con el asesoramiento de la esteticista Miryam Bordoni, Las Heras 2126, 12º "G", Capital. La primera consulta para realizar un análisis de piel es gratuita.



*Entre los 25 y 45 años debe cuidarse especialmente la tonicidad muscular de las fibras de sostén del rostro ya que pierden elasticidad. Alicia se somete a un tratamiento facial integral en el que se tiene en cuenta no solo la flacidez muscular, sino también la deshidratación de la piel. Aplicación de ozono en forma indirecta.*



*Alicia sostiene el aplicador de ozono y las vibraciones se transmiten a través de todo su cuerpo a las manos de Miryam que hace pinzamiento de Jacquet. Es una aplicación indirecta.*





*Los cambios que produce el climaterio acentúan la aparición de arrugas y la deshidratación del rostro. Aquí, se aplican hormonas vegetales, silicium y proteínas, además de zumos de frutas y extractos vegetales. Para finalizar esta sesión, se aplica un aparato electrónico que ioniza todos los elementos sobre el rostro de Marga.*





*Las tan temidas arrugas son combatidas con otro de los pasos del proceso de ionización. El aparato contiene elementos que actúan sobre las arrugas. En los extremos, dos prolongaciones de metal toman las arrugas y las ionizan.*



# LOS PLACERES DE LA MESA



**_Las hortalizas que habitualmente utilizamos pueden transformarse en la base de platos novedosos. Tomates, pimientos, cebollas y berenjenas rellenos son un menú riquísimo._**

PELUSA MOLINA



## PIMIENTOS RELLENOS CON CHOCLO

**INGREDIENTES (para 4 porciones)**

4 pimientos morrones verdes y grandes; 100 gramos de jamón cocido (o paleta) en un trozo; 1 lata de choclo cremoso; 1 cebolla chica picada; dos tomates maduros pelados y picados; ½ taza de miga de pan remojada en leche; 1 huevo; sal; pimienta; margarina o aceite cantidad necesaria.

**********

**PREPARACION**

Quitar una tapita a los ajíes en la parte superior y retirarles las nervaduras y las semillas. Lavarlos bien y secarlos.

Freír la cebolla en un poco de margarina hasta dorar, agregar los tomates y sazonar con sal y pimienta; cocinar lentamente hasta que el líquido de los tomates se evapore. Añadir el choclo y cocinar unos minutos más. Retirar del fuego, agregar la miga de pan, el jamón cortado en cubitos pequeños y el huevo batido. Sazonar, si fuera necesario.

Colocar los pimientos en una fuente de horno donde puedan quedar paraditos; rellenarlos con la preparación, rociar con aceite y llevar a horno moderado hasta que al pincharlos se los note tiernos. Servir calientes o fríos.

## TOMATES RELLENOS CON ARROZ

**INGREDIENTES (para 6 porciones)**

6 tomates grandes y no muy maduros; 2 tazas de arroz cocido (se puede utilizar cualquier tipo de arroz sobrante); 2 cucharadas de ajo y perejil picados; 4 cucharadas de queso rallado; 2 huevos; 6 rodajas de mozzarella; 1 cebolla chica picada rehogada en manteca.

**********

**PREPARACION**

Lavar y secar los tomates; quitarles una tapita y ahuecarlos, dejándolos boca abajo sobre una rejilla. Salarlos.

Mezclar en un tazón el arroz, el ajo, el perejil, la cebolla, el queso rallado, los huevos y condimentar bien con sal y pimienta a gusto. Rellenar con esta preparación los tomates y colocar en una fuente de horno ligeramente aceitada; cocinar en horno moderado hasta que los tomates se noten cocidos. Cinco minutos antes colocar encima de cada tomate la rodaja de mozzarella, poner la tapita que se había quitado y sostener con un palillo de madera; volver al horno hasta que la mozzarella esté derretida.

## CEBOLLAS RELLENAS BLANCANIEVES

**INGREDIENTES (para 6 porciones)**

6 cebollas grandes; ½ taza de queso semiduro rallado (tipo fontina, gruyere, etcétera); 50 gramos de manteca; 1 pote de queso crema; 2 cucharaditas de orégano; 1 huevo; sal, pimienta, nuez moscada.

**********

**PREPARACION**

Pelar las cebollas con cuidado, quitarles una tapita y con ayuda de un cuchillito filoso o del aparato para hacer papas a la cucharita, ahuecarlas, dejando unas tres capas solamente. Darles un hervor en agua y sal hasta que pierdan la rigidez. Mientras tanto picar la cebolla que se ha quitado y rehogarla en la manteca. En un tazón mezclar los dos tipos de queso, el huevo, la cebolla y condimentar con sal, pimienta, nuez moscada y el orégano.

Una vez retiradas las cebollas del hervor y bien escurridas boca abajo en una rejilla, rellenarlas con la preparación. Colocarlas en una fuente de horno enmantecada y gratinar a fuego moderado.

## BERENJENAS RELLENAS CON SALCHICHAS

**INGREDIENTES (para 6 porciones)**

6 berenjenas medianas; 250 gramos de salchicha criolla; 200 gramos de ricotta; 1 huevo; 2 cucharadas de queso rallado; 1 cucharada de perejil picado; aceite, cantidad necesaria; sal; pimienta.

**********

**PREPARACION**

Cortar por la mitad a lo largo las berenjenas y darles un hervor en agua salada. Escurrirlas boca abajo en una rejilla y luego ahuecarlas quitándoles la pulpa; picarlas bien y reservarlas. En una sartén desgrasar la salchicha; cortada en trozos pequeñitos y mezclarla con la ricotta, la pula de las berenjenas, el perejil, el queso rallado y el huevo; condimentar a gusto y rellenar con esta preparación las berenjenas. Colocarlas en una asadera aceitada y cocinarlas a horno moderado hasta que el relleno se note cocido.

## HOY COCINAN LOS MARIDOS

## ATUN FRESCO A LA "MAITRE D'HOTEL"

**INGREDIENTES (para 4 personas)**

2 rodajas grandes (o 4 medianas) de atún fresco cortado grueso; 100 gramos de manteca blanda; 2 cucharadas de perejil picado; el jugo de 1 limón; sal y pimienta; para acompañar papas al natural.

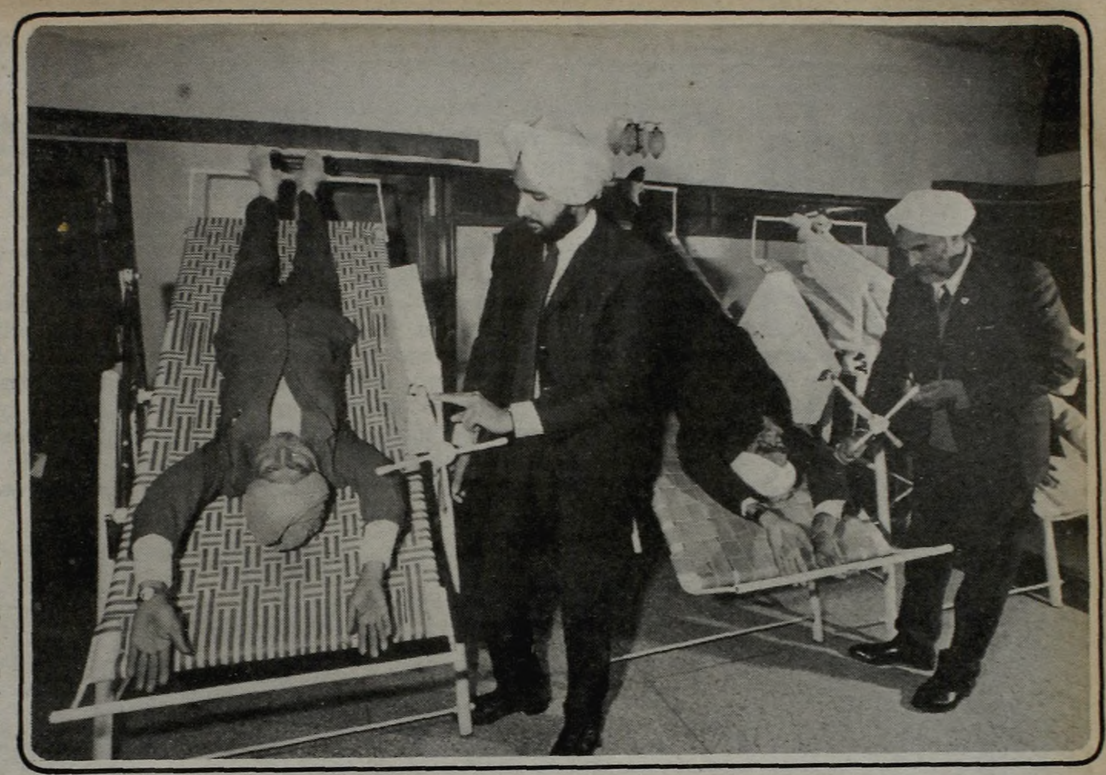
**********

**PREPARACION**

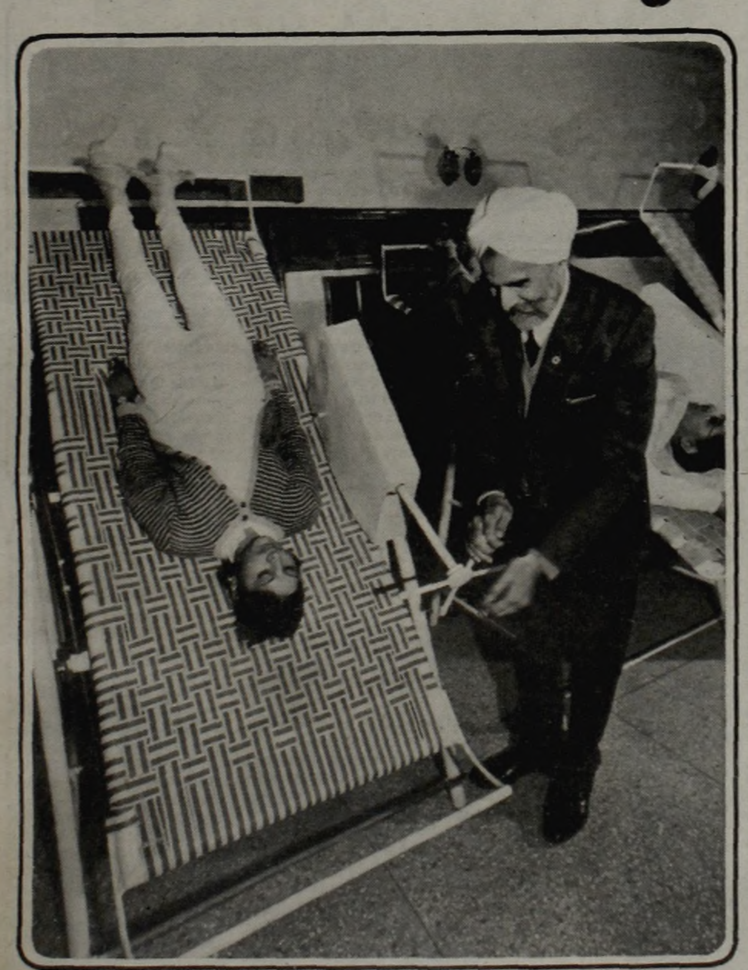
Asar a la parrilla el atún o si se prefiere a la plancha. Mientras tanto, en un tazoncito trabajar la manteca blanda con el perejil, el jugo del limón, la sal y la pimienta hasta obtener una crema.

Una vez cocido el pescado, ubicarlo en una fuente, colocarle encima un copete abundante de la salsa "Maitre d'hotel", acompañar con las papas al natural y servir enseguida. El resto de la salsa preparada puede servirse aparte para que cada comensal agregue más a su gusto.

**Un original método ha sido creado y puesto en práctica en Extremo Oriente por un médico hindú. Consiste en la suspensión y estiramiento del cuerpo, con la cabeza inclinada hacia abajo, en ángulos que varían de 30 a 80 grados. El método, según el científico, permite en poco tiempo detener el proceso de envejecimiento y logra devolver la energía sexual a pacientes con problemas de impotencia. Su original clínica funciona en un apartado lugar, pero cada vez son más frecuentes las visitas de pacientes que llegan de Occidente, dispuestos a iniciar lo que se ha dado en llamar "la cura del milagro". La idea básica es sencilla y fácil de ser puesta en práctica.**



# Cabeza Abajo se Vive Mejor



*El doctor Shen Singh verifica el correcto ángulo de inclinación en que se encuentra la paciente para facilitar el relax y aprovechar al máximo las ventajas del tratamiento que él mismo ideó. El método, que permite ser aplicado desde la primera juventud, consigue, según su creador, detener el proceso de envejecimiento y logra efectos notables en cuanto a la conservación de la energía sexual humana.*



La vida del ser humano se compone de varias y sucesivas etapas diferentes, determinadas por el paso del tiempo. Niñez, juventud, madurez y ancianidad son las estaciones fundamentales por que atraviesa una persona.

Todas ellas tienen sus encantos y también sus desventajas. Pero mirando esta realidad de la manera más objetiva posible, sin duda el momento al que menos se quiere llegar, es la vejez.

Y es seguramente por esa razón que muchos científicos y especialistas se ocupan de investigar sobre este tema, para conseguir en todos los casos una vejez más sana y una vida más extensa.

Entre los múltiples tratamientos que existen, el mundo oriental aportó sin duda muchas variantes referidas al rejuvenecimiento, a través de disciplinas y métodos especiales.

En general, la idea oriental es siempre preventiva. Los medios para mejorar la calidad de vida física y espiritual deben adoptarse desde la más temprana juventud.

Se trata de introducir, a partir de esa etapa, una adecuada y balanceada filosofía de vivir, que prepara de modo integral a la persona y la ayuda a afrontar los problemas y vicisitudes que encuentra a lo largo del camino a recorrer.

Y a esa lista de métodos se integra ahora uno proveniente de la India, país que sin duda es cuna de muchos tratamientos de rejuvenecimiento al estilo oriental.

## LA TERAPIA DEL RELAX

El mundo occidental acepta cada vez con menos reticencias los postulados terapéuticos que reivindican el relax como mejor medio para conseguir el equilibrio y el normal desenvolvimiento de las funciones síquicas y anímicas.

Un tratamiento de rejuvenecimiento, sobre todo si viene de la India, estará siempre enmarcado por esta idea fundamental.

El doctor Shen Singh anunció hace poco tiempo un nuevo método, que, según sus propias experiencias, permite a través del relax una segura prolongación de la vida y un detenimiento del proceso que lleva a la vejez.

Este médico hindú considera que mediante su tratamiento es posible revertir la aparentemente inexorable ancianidad y llegar a transformar en oscuras y frondosas cabelleras las cabezas cubiertas ya de canas de las personas mayores.

En su instituto de investigaciones, localizado al norte de la India, en Chandigerh, el doctor Singh experimenta su teoría con gran cantidad de enfermos y ha logrado hasta ahora sorprendentes resultados.

Uno de ellos, que causa mayor sorpresa a los entendidos, es que a través de la técnica del relax hacia arriba y hacia abajo, los ancianos consiguen incrementar su potencial sexual, hecho que los vuelve a hacer activos en esas funciones y determina además una vida más prolongada y dinámica.

## EL NUEVO METODO

El tratamiento del doctor Singh es realmente singular. Lo realiza en su centro especializado con la colaboración de su mujer, y uno de sus cuatro hijos, llamado Tajuant. Allí, los pacientes son sometidos a las pautas fijadas por el científico, quien determina cuáles son las variantes a utilizar según cada caso.

En primer lugar, se procede a atar los pies de la persona. Luego de realizada esta operación, se introducen las extremidades atadas en un saco. El tercer paso es levantar los pies, de modo tal que éstos queden sobre la cabeza del paciente.

Una vez lograda la posición —pies sobre cabeza— el doctor Singh busca el ángulo ideal en que la persona debe permanecer en estado de relax.

La regla general que la experiencia le permitió enunciar es que el mejor ángulo varía entre los 30 y 80 grados de inclinación, según el diagnóstico, las capacidades y la necesidad de cada caso.

De este modo, el cuerpo descansa de todas sus tensiones, y ese estado de libertad corporal se transmite también a la mente, que logra de esa manera mayor tranquilidad.

El médico asegura que sometiéndose al tratamiento que ofrece pueden lograrse los resultados deseados y hasta revertir en forma total el proceso que lleva a la vejez.

## UN DESAFIO A LA NATURALEZA

Las ideas propuestas por el médico hindú son, como tantas otras, decididamente prometedoras.

Que alguien asegure que es posible revertir el proceso de envejecimiento o bien interrumpirlo, es sin duda una esperanza para toda la humanidad, porque, como se apuntó al principio, la vejez llega para todos.

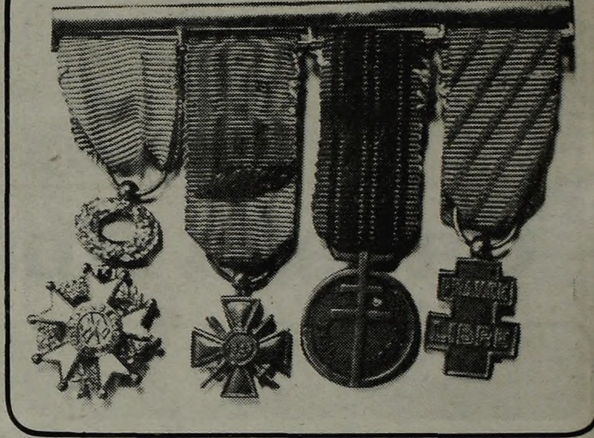
Queda, sin embargo por comprobar la eficiencia de este método en la práctica. Porque un tratamiento de este tipo intenta oponerse, de algún modo, a las inexorables leyes que siempre marcó la naturaleza.

Y como en todo desafío, las respuestas no pueden darse hasta tanto se "**vence**" al supuesto "***enemigo***". En este caso, el paso de los años.

# La Vida Como una Eterna Aventura

**Una inclaudicable vocación de servicio y el amor a la aventura han sido las constantes en la vida de Claire Moulon, viajera, periodista y ex militante en la Resistencia Francesa. Fue colaboradora del general Charles de Gaulle, ha recibido cuatro condecoraciones por los servicios prestados a su patria; viajó por ocho países de América y Europa, ejerció el profesorado de idiomas y actualmente, a una edad en que la mayoría de las mujeres solo puede pensar en descansar, sigue infatigable junto a su máquina de escribir en el matutino "Buenos Aires Herald", ejerciendo una profesión que ella define como "la mejor del mundo". Nacida en Guatemala, eximia pianista en su juventud, ingresó a la Resistencia como soldado raso y alcanzó el grado de teniente. Hoy es una amable pero aguda cronista de los sucesos que ocurren en nuestra ciudad.**






*Las cuatro condecoraciones que el gobierno de Francia le otorgó a Claire Moulon en mérito a su infatigable labor por la liberación de su patria en los infaustos días de la Segunda Guerra Mundial. Son, de izquierda a derecha, Legión de Honor, Cruz de Guerra con Palma, Medalla de la Resistencia y Medalla Francia Libre. Hoy, la señora Moulon es un inquieta y sagaz periodista que sigue con atención todos los sucesos que ocurren en nuestro país. Un orgullo viviente en una profesión que es "la más linda del mundo".*

Una incansable vocación de servicio y un espíritu aventurero llevaron a *Claire Moulon*, francesa por herencia, a transitar por ocho países de América y Europa. Profesora de idiomas, voluntaria en la Segunda Guerra Mundial y periodista, fueron algunos de los caminos elegidos para concretar su sueño o ayudar a sus semejantes transmitiéndoles una receta infalible: la fe en Dios. Superó terremotos y las calamidades de la guerra, de la que guarda como un tesoro sus cuatro condecoraciones. Es periodista "de alma" y vive en nuestro país donde diariamente elabora crónicas de arte, modas y programas infantiles en varios idiomas. A una edad en que otras mujeres optan por el descanso, Claire prefiere convivir con su máquina de escribir hasta altas horas de la madrugada en la redacción del **"Buenos Aires Herald"** porque su profesión es un modo y una necesidad de vida.

Claire nació en Mazatenango, un centro cafetero de Guatemala, donde vivió hasta el terremoto de 1917. Allí cursó sus estudios académicos y musicales. En su juventud, se destacó como pianista. Aún recuerda su última presentación en público en su tierra natal.

**—Fue ante el primer mandatario, Manuel Estrada Cabrera e interpreté la "Rapsodia Nº 2" de Franz Liszt. Aunque mi trabajo —continúa— fue siempre la enseñanza de idiomas a los más pequeños, tuve alumnos de cuatro años y comencé cuando solo tenía 16. Hay que hacerlo de joven, porque después se pierde la paciencia —y sonríe con el recuerdo de los niños.**

De Guatemala viajó a Estados Unidos. Allí vivió nueve años enseñando en Carolina, Virginia, Kentucky y Nueva York. Pero un irresistible deseo de conocer la tierra de su padre, Francia, la llevó a Europa en 1927. Todo hijo de franceses siente que el país galo es también su patria y Claire no fue una excepción.

Vivió en Milán y Roma, donde tuvo como alumno al comendatore Piaggio Biaggetti, conservador del museo del Vaticano, cicerone de las cabezas coronadas y amigo del papa Pío XII.

**—El practicaba francés conmigo pero en realidad yo aprendía mucho más de arte que él de idiomas.**

## ENTRE LAS PRIMERAS VOLUNTARIAS

En 1941, Claire supo que en Francia reclutaban voluntarias para partir hacia Africa Ecuatorial y se dirigió a la oficina correspondiente para partir inmediatamente. Pero un oficial torció su voluntad.

**—Como yo no hablaba dialectos, el capitán Simón me explicó las características de la misión militar femenina y sentí la fuerte imposición de sus palabras. Allí mismo quedé reclutada en el "Ejército de Voluntarias de la Resistencia".**

Comenzó como soldado raso y ascendió a cabo, sargento, sargento ayudante, subteniente y teniente. Los primeros entrenamientos se realizaban en Bournemouth, Inglaterra, hasta que este

edificio fue destruido por una bomba; de allí las voluntarias se trasladaron a "Moncorvo", la residencia del duque de Aunal, hijo del rey Luis Felipe de Francia, quien había habitado ese palacio durante su destierro.

**—Nunca sentí miedo ni dudé de la victoria** —afirma serenamente Claire y agrega como explicación de su valentía, **la justicia tiene que reinar.**

**El cuerpo de voluntarias fue creado por el general De Gaulle para que las mujeres hicieran la mayor cantidad posible de tareas y de esta manera los hombres tuvieran libertad para ir al frente. Allí se reunieron mujeres de distintas nacionalidades en las tres armas.**

**—Para la mentalidad del hombre francés no era fácil habituarse a una mujer uniformada. Me acuerdo que un día un coronel me saludó como si yo tuviese su mismo grado cuando todavía era soldado raso.** Claire se ríe con las anécdotas y se emociona con los recuerdos que ponían esperanzas en los días amargos.

**—Por mi oficina pasaban personalidades muy interesantes, recuerdo especialmente a un hombre que se presentó como voluntario para servir en la "Francia Libre", era el guardián del sepulcro del emperador Napoleón en Santa Elena", su mujer había tomado su puesto para que él fuera a luchar. Otro joven soldado me impactó mucho. Era un norteamericano muy tímido que *traía* un paquete cuidadosamente envuelto; luego de titubear unos minutos me *mostró el contenido*, eran rosas que había cortado en Normandía para regalarle a las voluntarias. Yo tomé la mitad y la guardé en nuestra capilla y el resto lo dejé en la iglesia inglesa.**





*Claire Moulon, vistiendo el uniforme de su patria, durante los días del forzado exilio en Londres, en la Segunda Guerra Mundial. Fue colaboradora del general Charles de Gaulle, líder de la resistencia francesa.*



*El general Charles de Gaulle, en Londres, cuando preparaba la liberación de Francia.*

## COMO CONOCI A DE GAULLE

**—El general venía mucho a nuestras oficinas, almorzaba a menudo con el cuerpo de voluntarias. La primera vez que lo vi y conversamos a solas me puse muy nerviosa; me impresionaba mucho su fuerte personalidad, era un gigante. En ese momento yo cumplía funciones en la BBC de Londres y él quería que hiciéramos una audición con todos los jefes de Estado desterrados, para transmitirla a sus países.** *Lo acompañé al* **estudio para la primera grabación y me emocioné muchísimo con sus palabras.**

**—Era sumamente cortés y amable. Ese día, cuando terminamos el trabajo me invitó a subir a su coche para llevarme de regreso a mi trabajo pero yo no me animé a viajar con él. También volvimos a conversar la noche de Navidad; él asistió a la Misa del Gallo en nuestro cuartel. La última vez que lo vi personalmente fue pocos días antes de que partiera hacia Argelia. Ese día almorzó con nosotras y a los postres se levantó de la mesa para dirigirnos la palabra, hizo un ademán para que todas permaneciéramos sentadas y nos dijo algo que jamás olvidaré: "Recuerden que todo tiene una función en este mundo, hasta la guerra. Estos recuerdos del ejército no se les olvidarán nunca y** *con el tiempo desaparecerán* **las molestias porque las superarán la hermandad y la voluntad de servicio".**

La transparente mirada de Claire se ilumina y se humedece al hablar de De Gaulle, de la guerra, de sus compañeras; hace una pausa como para que sigan surgiendo recuerdos y continúa **—Era verdad lo que nos dijo el General en aquella oportunidad, con el correr de los años nos volvimos a reunir con todas las que servimos en el ejército para la Francia Libre, y sentimos la necesi-***dad de ubicarnos como si* **fuéramos miembros de una misma familia.**

Al pedirle que recuerde uno de los momentos que más la impresionaron en su vida en el ejército, Claire no duda y afirma:

**—Fue el Día de la Victoria. Sentí un orgullo inconmensurable cuando desfilamos bajo el Arco de Triunfo. Habíamos recuperado nuestra patria. Allí se enterraron los momentos de angustia bajo los bombardeos y la visión de las ciudades destruidas, reducidas a escombros.**

## EL PERIODISMO: UNA PROFESION PARA LA QUE SE NACE

Un año después de su incorporación al servicio de voluntarias, Claire comenzó a trabajar para la BBC de Londres con Maurice Shumann, quien luego fuera canciller de su país. En ese entonces era jefe de la Sección Radio Ultramar de la BBC. Allí estudió censura postal; en tiempos de guerra se abren todas las cartas y Claire debía traducir del francés, español, italiano y portugués al inglés.

Integró el primer contingente que regresó a Francia.

**—Fue en un convoy a París en 1946, la travesía duró ocho días. Viajábamos en un barco muy pequeño con soldados americanos.**

Luego trabajó en radiodifusión en Francia hasta que le ofrecieron un cargo en la Dirección para América del Sur en los servicios franceses de información que funcionaban en Montevideo, Uruguay. Trabajó allí dos años, hasta 1948, en que esta oficina cerró sus puertas.

**—En lugar de regresar a Europa preferí conocer Brasil y estuve seis meses en ese país trabajando como secretaria en una compañía privada, pero no me gustaba el trabajo, así que decidí trasladarme a Buenos Aires.**

En nuestro país incursionó en distintos medios periodísticos, "France Journal"; "Affinités", "El Hogar" y "Buenos Aires Herald" además de colaborar en "La Prensa" y "Convicción". Siempre escribió en varios idiomas, especialmente en inglés, francés y español.

**—El periodismo fue mi profesión desde 1942** —afirma con orgullo— **y aprendí a amarlo con Maurice Shumann. Creo que** *mi manera de* **escribir es muy coloquial, quizás porque hice radio** *muchos años*. **Siempre que me leen me reconocen.**

**—De todas las cosas que** *hice es la* **que más amo, aunque también me gustó enseñar, pero esto es diferente.**

Actualmente, Claire no deja de asistir a cuanto concierto, exposición pictórica o desfile de modas hay en Buenos Aires, para luego contarlo en la página de sociales y en la cartelera de arte; además se ocupa de programas para niños.

Regresa a su casa después de medianoche y lee mucho antes de dormirse. Vive con una amiga poeta y no se siente sola.

**—Creo que una mujer no elige la soledad; yo no me casé porque no fue ese mi** *destino* **y soy** *feliz* **con esta vida. Para mí nunca hubo problemas con la profesión,** *probablemente por eso*, **creo que para una mujer con hijos debe resultar muy difícil compatibilizar horarios y obligaciones que demanda esta profesión.**

Claire no ha regresado a Francia más que en esporádicas visitas. Escribió durante varios años para una revista, "Coiffeur de París", en la que también hizo relaciones públicas y esto le permitió visitar su patria durante seis años consecutivos. Describe la situación del periodismo en Francia como de una competencia terrible, y asegura haber elegido Argentina para vivir porque aquí se halla muy bien.

## CONDECORACIONES. UN PREMIO A LA FE

Con humildad y un orgullo que no puede disimular, Claire abre las cajas que contienen las cuatro medallas con que el gobierno francés premió su actitud de servicio en los momentos difíciles.

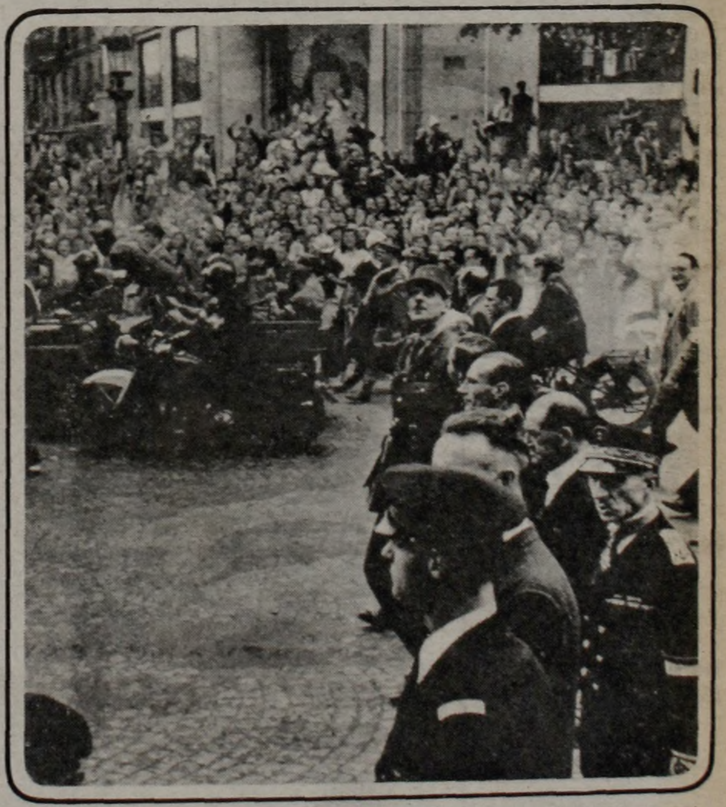
La medalla de la "Legión de Honor" la recibió en Montevideo. Se la entregó el embajador francés en Uruguay, Conrado Gradini en 1947. Con ella se premiaba a quienes habían soportado ataques y bombardeos. De esta manera, el gobierno reconocía la actitud de los primeros que se presentaron a colaborar cuando la guerra parecía perdida.

También recibió la Cruz de Guerra con Palma; la medalla de la Resistencia y la Medalla de la Francia Libre.

## EL FEMINISMO Y LAS MUJERES

Aunque Claire haya llevado una vida poco ortodoxa para una mujer, especialmente en el período de su primera juventud, en que no era habitual que una mujer sola viajara por el mundo, se manifiesta opuesta a los movimientos feministas.

**—Yo soy muy femenina, me encanta la moda y todo lo que tiene que ver con la mujer. Creo que las actitudes feministas son buenas si no se exageran. Me parece necesario que una mujer se ocupe de sus hijos y su hogar como también de la política.**





*Veinticinco de agosto de 1944. La población de la capital francesa ovaciona al general Charles de Gaulle en el desfile que se organiza un día después de la liberación de París. Claire Moulon tuvo una activa participación en la lucha que, tras ingentes sacrificios, doblegó la prepotencia del poder nazi.*

# Los Encantos







Alejandra luce un "tailleur" de tweed realizado en corte clásico. La chaqueta tiene los hombros marcados y el detalle que se destaca son las tapas de los bolsillos. La pollera, de línea recta, cae por debajo de la rodilla. Este conjunto se acompaña con blusa de seda blanca, cinturón y sobre de gamuza gris. El último grito de esta temporada. Es el clásico dos piezas que se adapta para toda hora del día y fácilmente combinable. Completa con botas de cuero blancas.





El vestido clásico se renueva con accesorios y detalles muy modernos. Aquí, vemos uno tejido en lana cachemir en color gris muy tenue y cuello en "V". Ajusta con un cinturón muy ancho de gamuza en color fucsia. Una combinación de actualidad que se prolonga en los zapatos de tacos muy altos y en la cartera pequeña que se cuelga del hombro. Otro detalle que lo destaca, es el profundo tajo en la falda recta.

El pr
con
no d
El cl
prof
ver
ajus
gam
bot
ray

# ...s del Frío









*El sacón largo tres cuartos invadió las colecciones de esta temporada 1980. Aqui, vemos un modelo de lineas muy modernas. El corte del abrigo es amplio y se ajusta a la cintura con un ancho lazo. Está realizado en tweed en color fucsia, uno de los preferidos por los creadores de la moda. El detalle que lo realza son las hombreras.*



*Otro vestido de linea simple que se realza con hombreras. Está abotonado adelante y cortado a la cintura. Se usa con una camisa de seda natural violeta y se combina con cinturón, zapatos y cartera de gamuza al tono.*

**DIRECCIONES**
INES RICCUR:
Malabia 1077
BEATRIZ SELO
Warnes 87
TACOS
Canning y Santa Fe

**PRODUCCION**
Graciela Zito

**ASISTENTE DE PRODUCCION**
María Elena García



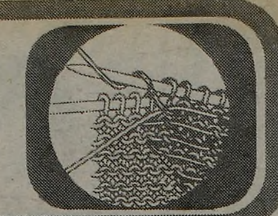
*El practico y deportivo conjunto tejido en lana gris que no debe faltar este invierno. El chaleco sin mangas y con profundo escote en "V" deja ver el sweater colorado. Se ajusta con un cinturón de gamuza que combina con las botas cortas. Las medias rayadas armonizan.*



*Un vestido de fibrana ideal para tardes invernales. El color fucsia destaca los detalles del estampado. Tiene cuello "Mao" y se abotona en la delantera. La pollera es recta. Verónica lo acompaña con un saquito de lana negro tipo "cardigan" ajustado en la cintura. Lleva un adorno bordado en mostacillas. Los zapatos son de gamuza en línea actual, color bordó.*

MINIMOLDES ★ TEJIDOS

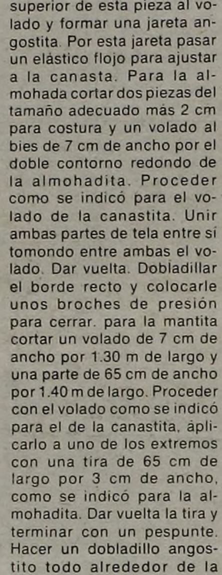
★ ACCESORIOS ★



# Colcha y Volados Para el Moisés del Bebé

Se necesitan 2.50 m de tela de algodón de 0.90 cm de ancho. .

Para el volado cortar tiras al bies de 20 cm de ancho por el doble de la medida del contorno de la canastita a forrar. Unir las tiras entre si, hacer un dobladillo angostito en el borde inferior y pasar bastillas para fruncir por el borde superior. Tomar el contorno del fondo de la canastita y cortarlo en espuma de nylon, unir este fondo en todo el contorno con otra capa de espuma de nylon de 25 cm de alto. Colocarlo como fondo en la canastita sujetándolo con puntadas todo alrededor. Cortar en tela otro fondo y unirlo a una pieza cuyo alto sea de 30 cm. Unir el borde superior de esta pieza al volado y formar una jareta angostita. Por esta jareta pasar un elástico flojo para ajustar a la canasta. Para la almohada cortar dos piezas del tamaño adecuado más 2 cm para costura y un volado al bies de 7 cm de ancho por el doble contorno redondo de la almohadita. Proceder como se indicó para el volado de la canastita. Unir ambas partes de tela entre sí tomondo entre ambas el volado. Dar vuelta. Dobladillar el borde recto y colocarle unos broches de presión para cerrar. para la mantita cortar un volado de 7 cm de ancho por 1.30 m de largo y una parte de 65 cm de ancho por 1.40 m de largo. Proceder con el volado como se indicó para el de la canastita, áplicarlo a uno de los extremos con una tira de 65 cm de largo por 3 cm de ancho, como se indicó para la almohadita. Dar vuelta la tira y terminar con un pespunte. Hacer un dobladillo angostito todo alrededor de la mantita.



# Campera Para Niña en Tonos muy Deportivos

**Material:** 300 gr blanca, restos azul y rojo, todas lanas de 4 hebras, 1 par de ag Nº 3½ y 4. Un cierre automático desmontable de 45 cm. Edad: 8 años.

**Puntos empleados:** P. elástico: 1ª h.: 1 m.d., 1 m.r. En las h. sig. tejer las m. como se presentan. P. jersey: 1 h. al d., 1 h. al r. P. Jacquard: ver diagrama.

Explicaciones:

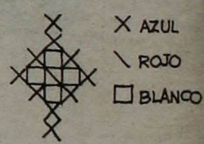
**Espalda:** Con lana blanca y las ag. Nº 3½ montar 90 m. y tejer en p. elástico 4 h., tejer 2 h. en rojo, 4 h. en blanco, 2 h. en azul, 4 h. en blanco, 2 h. en rojo. Cambiar a las ag Nº 4 y tejer en p. jersey; a las 4ª h. hacer el motivo de p. jacquard. Tejer luego recto en blanco y en p. jersey; a los 25 cm volver a tejer el motivo jacquard. Tejer 6 h. en blanco y hacer el motivo de rayas: 2 h. en rojo, 4 h. en blanco, 2 h. en azul, 4 h. en blanco, 2 h. en rojo; seguir tejiendo recto en blanco hasta completar 45 cm. Cerrar las m. de una sola vez.

**Delantero:** Con lana blanca montar 48 m. y tejer igual que la espalda. A los 34 cm de alto total cerrar para el escote 3 m. 2 m. y 1 m. por 2 veces. Seguir tejiendo recto hasta completar los 45 cm. A esta altura cerrar las m. de una vez. Tejer el otro delantero igual, invertido.

**Mangas:** Montar 42 m. y tejer igual que la espalda siguiendo los mismos detalles. Al terminar el puño en p. elástico e iniciar el p. jersey, aumentar 1 m. cada 2 cm. Al completar la raya roja cerrar las m. de una vez.

Planchar el tejido muy ligeramente por el revés. Coser las costuras y colocar las mangas. Levantar las m. alrededor del escote y tejer en p. elástico 2 h. en rojo, 4 h. en blanco, 2 h. en azul, 4 h. en blanco y 2 h. en rojo; cerrar las m. flojamente, como se presentan. Colocar el cierre automático desmontable en la delantera.



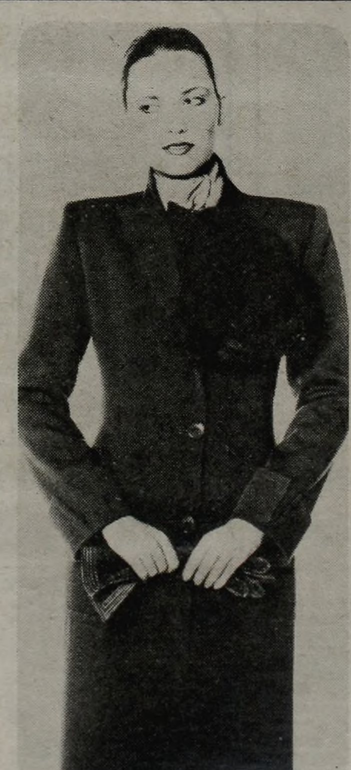



# Presentaciones - Europa - Tendencias - Presentaciones - Europa - Tendencias

*Un mameluco muy elegante y sofisticado, en linea de angora, apto para mujeres de todas las edades. La blusa tiene cuello alto y hombros marcados, con un bordado superior dorado y plateado, diseñado en lentejuelas, strass y canutillos. Los pantalones son levemente "tubos" y rozan los tobillos. La tela es salpicada con minusculos lunares.*



*Un modelo especialmente indicado para mujeres de físico longilineo. Es una rendigote, de hombros importantes y solapas en punta. Tiene puños anchos y costuras evidentes. La linea evoca el lock inglés, sobrio y de óptima factura. La aplicación de piel le da un toque de elegancia que combina con la sencilles del conjunto.*



*La modelo luce un clásico tailleur, modelo fundamental del guardarropa femenino. La falda es hasta las rodillas, bastante estrecha. En cuanto a la chaqueta, tiene hombros marcados y es corta, hasta el talle. Dos pequeños bolsillos adelante y prende con delicados botones en hilera de a uno. Acompaña un cinturon al tono.*





**MINIMOLDES ★ TEJIDOS**
**★ ACCESORIOS ★**

# Chaleco Para Hombre en Punto "Canelón"

**Material:** 800 gr. de lana semigruesa, 1 par de ag. Nº 4 y 4½; 7 botones.

**Puntos empleados:** Canelón: 1ª h.: 2 m. de., 2 m. r. En las h. sig. tejer las m. como se presentan. **Trenza** (el cruce se hace del revés del tejido): 1ª h. x 3 m. r., 2 m. d, 1 m., 3 m. r. x, 2ª h.: x 3 m. d, 2 m. r., 1 m. d, 2 m. r., 3 m. de, x 3ª h., igual a la 1ª hs., 4ª h.; x 3 m. de, 2 m. a una g. aux., 3 m. r. x, tejer ahora las m. de la ag. aux., 3 m. d., 5ª igual a la 1ª hs., 6ª h: igual a la 2ª h., 7ª h. igual a la 1ª h., 8ª h.: igual a la 4ª h. Tejer las 9ª h., 11ª h., 13ª h., 15ª h., 17ª h. y 19ª iguales a la 1ª h., 10ª h., 12ª h, 14ª h., 16ª h, 18ª h, iguales a la 2ª h. Ahora retomar de la 4ª h. hasta la 19ª h.

**Fantasía:** 1ª h. (derecho del tejido): tejer al d. la 2ª m. de la ag. izq. antes que la 1ª m. pasando por delante del tej. después tejer la 1ª m., 2ª h. al revés. Repetir siempre estas 2h. **Jersey revés:** 1 h. al r., 1 h. al d.



**Espalda:** Con las ag. Nº 4 montar 98 m. y tejer en p. canelón 8 cm. seguir con el punto trenza y en p. fantasía intercalando los motivos. A los 43 cm. de alto total dism. para las sisas de cada lado 8 m. de una sola vez. Seguir con las restantes m. hasta completar 21 cm. desde las sisas. Dism. para los hombros cada 2 h. 4 veces 7 m., de cada lado. Cerrar las 26 m. centrales de una vez.

**Delantero derecho:** Con las ag. Nº 4 montar 56 m. y tejer igual que la espalda. A los 18 cm. de alto de sisa cerrar para el escote cada 2 h. así: 5 m., 4 m., 3m., 2 veces 3 m., 2 veces 1 m. Continuar recto hasta completar la altura de la espalda, cerrar las m. restantes como se indicó para la espalda.

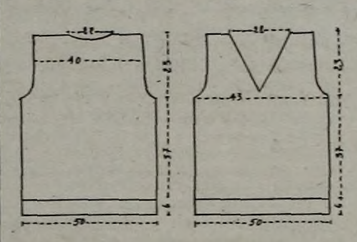
**Delantero izquierdo:** igual al derecho, invertido.

**Mangas:** Con las ag. Nº 4 montar 48 m. y tejer 8 cm. en p. canelón. Repartir 8 m. en forma regular. Seguir así: centrar 2 motivos de trenza entre 3 de fantasía, el resto en p. jersey revés. Aum. cada 2 cm. aproximadamente 1 m. a cada lado. A los 48 cm. de alto total cerrar las m. de una vez. Unir las costuras de los hombros y levantar las m. de alrededor del escote y con las ag. Nº 4 tejer en p. canelón. Cerrar flojamente a los 15 cm.

Levantar las m. del borde derecho con las ag. Nº 4 y tejer 5 cm. en p. canelón. Hacer lo mismo en el borde izquierdo pero haciendo los ojales a distancias regulares. Unir las costuras de los costados dejando a 12 cm. del borde una abertura para los bolsillos, levantar las m. del borde y tejer con las ag. Nº 4 y p. canelón 5 cm. Hacer luego los fondos de bolsillo. Coser las mangas y aplicarlas. Coser los botones haciendo coincidir con los ojales.

La foto de este modelo, que usted puede realizar en su casa, figura en la portada de "Revista de la Mujer". Recórtela y péguela sobre esta página. Le servirá de guía en la confección que haga de la prenda.

# Un Suéter sin Mangas




**Materiales:** 6 ovillos color Pussin 017 de *surf de chantelaine*, un hilo firmado Chewit 100% acrícilico.

Agujas empleadas Nº 2½ - 3.

**Puntos empleados:** Punto elástico 1/1: 1 p. der., 1 p. rev. Punto acanalado: Primera vuelta: 4 p. der. 2 p. rev. Segunda vuelta: 2 p. der. 4 p. rev.

**Muestra:** 10 cm. de punto acanalado con las agujas Nº 3 24 p. y 38 vueltas.

## EJECUCION

**Espalda:** Se montan 122 p. con las agujas Nº 2½ y se trabajan en punto elástico 1/1. **A 6 cm.** de altura total, se continúa en punto acanalado con las agujas Nº 3. Se empieza y se termina la vuelta por 3 p. der. **A 43 cm.** de altura total, se forman las sisas, cerrando a cada lado, cada 2 vueltas, 6 p. 3 p. 2 p., y 1 p. **A 64 cm.** de altura total, se forma el escote, cerrando los 40 p. centrales y se continúa cada lado separadamente, cerrando, por el lado del escote, cada 2 vueltas: 3 p. 2 p., y 1 p. Se cierran los p. que quedan para el hombro. Se termina el segundo lado encarado.

**Delantero:** Se trabaja como la espalda. A 43 cm. de altura total se forman las sisas como en la espalda. **Simultáneamente,** se forma el escote, partiendo el trabajo en dos y cerrando, alternativamente, cada 2 y 4 vueltas 26 veces 1 p. Se cierran los puntos que quedan para el hombro. Se termina el segundo lado encarado.

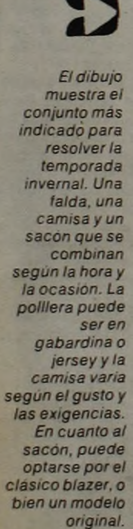
**Bandas sisas:** Se montan 138 p. con las agujas Nº 2½ y se trabaja en punto elástico 1/1 durante 8 v. Luego, se hace una vuelta por el derecho del trabajo y se dejan los puntos en espera. Se trabaja una segunda banda semejante.

**Banda de escote:** Se montan 178 p. con las agujas Nº 2 ½ y se trabajan en punto elástico 1/1 durante 8 vueltas. Luego, se hace una v al derecho por el derecho del trabajo y se dejan los puntos en espera.

**Montaje:** Se unen la espalda y el delantero por las costuras de los lados y de los hombros. Se cosen las bandas en torno a las sisas, mallas, a punto atrás, por el derecho del trabajo. Se cose la banda del escote en torno al escote, malla por malla, igualmente a punto atrás, por el derecho del trabajo. Para formar la punta del escote, se hace una costura al biés.

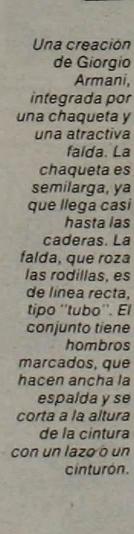
Por razones de espacio no se publica la foto del modelo que corresponde a esta prenda, pero las indicaciones son lo suficientemente explícitas como para que usted pueda tejerla fácilmente. Las marcas de hilos no son de origen nacional.

## Presentaciones - Europa - Tendencias - Presentaciones - Europa - Tendencias

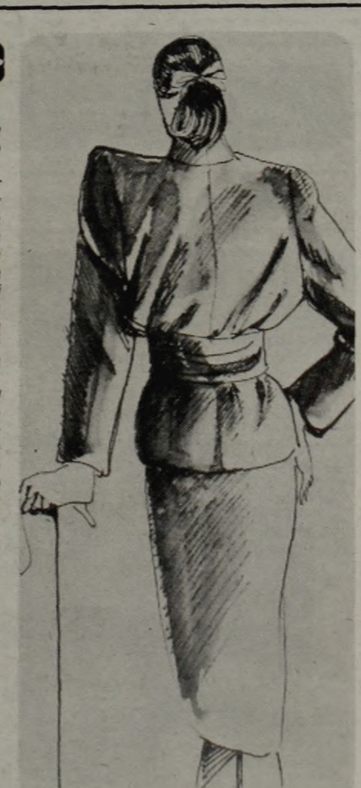


*El dibujo muestra el conjunto más indicado para resolver la temporada invernal. Una falda, una camisa y un sacón que se combinan según la hora y la ocasión. La polllera puede ser en gabardina o jersey y la camisa varia según el gusto y las exigencias. En cuanto al sacón, puede optarse por el clásico blazer, o bien un modelo original.*





*Una creación de Giorgio Armani, integrada por una chaqueta y una atractiva falda. La chaqueta es semilarga, ya que llega casi hasta las caderas. La falda, que roza las rodillas, es de línea recta, tipo "tubo". El conjunto tiene hombros marcados, que hacen ancha la espalda y se corta a la altura de la cintura con un lazo o un cinturón.*



*Una prenda elegante y deportiva a la vez, llamada knickerboker, integrada por knicker que llega hasta la rodilla, acompañado por camisa, pulóver y chaqueta. Este tipo de pantalones es ideal para usar con botas largas o cortas, pueden ser en diversas telas, inclusive el terciopelo. En el dibujo, se complementa con un sacón escocés.*



# Más acá del más Allá

Mónika Mangisch

Puedo pensar en el miedo, recordar el miedo y convocarlo en este preciso momento sin temor, frente a un plato de fideos que trato de hacer comer a mi hijo. Digo sin temor, porque hubo tiempos en los que el miedo me crecía como un animal interior, inaprehensible y monstruoso, dispuesto a saltar ante cualquier ruido o movimiento extraño a filtrarse en mis sueños, transformándolos en desesperantes pesadillas.

Mi infancia se inscribió en ese terror y me costó muchos años superarlo. Sumamente impresionable, la simple mención del diablo, de los muertos que se levantan de sus tumbas o de hechos sobrenaturales, me hacía temblar. Mi abuela, que conocía esta debilidad, varias veces se valió de ella para hacerme dormir la siesta, comer lo que no me gustaba o lograr lo que se propusiera. Los castigos del más allá pendían sobre mi cabeza.

Conocía el poder de la oración y me refugiaba en ella, pero también sabía que Dios era terrible en su ira y no aceptaba la desobediencia. Yo sentía tanto temor de su Omnipotencia como del poder diabólico y así fue que el día de mi Primera Comunión me desmayé antes de comulgar. El sufrimiento de ese momento se me ha quedado grabado en la memoria como una de las sensaciones más penosas que recuerdo. Seguramente la ausencia de una presencia masculina —mi padre murió al cumplir yo cinco años— contribuyó a desarrollar la atmósfera claustro-oística que se respiraba en casa.

Recuerdo que yo estaba sinceramente entusiasmada con la idea de recibir a Jesús en mi cuerpo, pero también muy excitada con ese vestido blanco y largo que usaría por única vez; me pasaba horas frente al espejo suponiéndome una novia. Alguien, no recuerdo quién, me había advertido que debía llegar al altar completamente limpia de pecado y que el color de mi vestido simbolizaba esa pureza, la menor falta lo teñiría de negro en el preciso momento de comulgar. Esta advertencia me había dejado muy impresionada y desde que me confesé hasta el día siguiente traté de mantener una actitud contrita. Sin embargo mi hermana —apenas un año menor que yo— había decidido cobrarse viejos rencores esa noche, y no tuvo mejor idea que apropiarse de mi muñeca preferida y esconderla, junto con un vestidito similar al que usaría yo. Mi ilusión era ataviarla de Primera Comunión y que mamá la llevara a la iglesia.

Busqué por todos lados: nada. Ni mi abuela ni mi madre los habían visto; mi hermana no se inmutaba y de pronto tuve la certeza de que todo había sido obra de ella. Le supliqué que me los devolviera; me largué a llorar pero no hubo caso, al contrario, disfrutaba con mi desconsuelo. Su semisonrisa me alteraba tanto que empecé a gritarle, y como se empecinaba en su postura, le pegué. Inmediatamente apareció mamá y me dio un reto, entonces comprendí que había pecado, y aunque recé fervientemente pidiendo perdón, me dormí con un peso en el alma.

Por la mañana me vestí sin ganas y durante la Misa me dominó la angustia.

Al acercarse el momento decisivo me encaminé hacia el altar. Temblaba. Era tal la impresión de que mi vestido se volvería negro, que al escuchar las palabras del sacerdote ofreciéndome la Hostia, perdí el sentido.

Nunca nadie supo a qué atribuir lo sucedido y se adjudicó a mi excesiva emotividad la causa. Las instancias sicológicas se obviaron y no se volvió a hablar del asunto.

Avergonzada de mis temores, siempre traté de ocultar mi miedo, y si bien no logré desterrarlo de mi vida, al menos pude convivir con él sin que me molestara mayormente; por otra parte el tiempo se encargó de otorgarme la madurez necesaria como para poder manejarlo, y el verme convertida en madre facilitó las cosas.

Mi marido, que aunque conoce el problema no logra comprenderlo, ha tratado de explicarme las razones por las cuales resulta infundado mi temor al más allá, sin embargo, ante mi imposibilidad de racionalizarlo, ha optado por evitarme situaciones que lo puedan agravar. De esa forma, nunca he quedado sola más de lo necesario y si ha tenido que ausentarse por motivos de trabajo me ha avisado con suficiente anticipación como para que pueda invitar a alguna amiga a hacerme compañía.

Este verano se nos presentó la oportunidad de alquilar una casita en Mar del Sur. El precio era muy ventajoso y Manuel no lo pensó dos veces; el único inconveniente estaba en que después de tomarse sus vacaciones, él solo podría viajar allí los fines de semana. Ante esta perspectiva, la idea no me entusiasmó, sin embargo me daba cuenta de que iba a ser muy beneficioso para el niño y para mí pasar tres meses junto al mar. Por otra parte, sería una forma de poner a prueba la posibilidad de superarme.

Llegar fue como enfrentarme con una fotografía antigua. Yo tenía un recuerdo muy borroso de esa playa porque antes de que papá muriera acostumbrábamos veranear allí, a mamá no le gustaba porque lo consideraba un lugar demasiado agreste y solitario, así es que después de su muerte, no volvimos. Ahora todo me parecía nuevo y a la vez conocido, como si las imágenes con las que me iba encontrando hubieran estado alojadas más allá de mi memoria. Era una sensación extraña pero agradable y me alegré de que hubiéramos ido a parar allí, donde la playa se dilataba sin la consabida contaminación turística y uno tenía la impresión de estar en algún lugar olvidado, como detenido en el tiempo.

El verano fue transcurriendo apaciblemente; nuestra expectativa se cifraba en los viernes, día en que la llegada de Manuel ponía un final feliz a la semana. Mientras tanto mi cumpleaños se acercaba y caía en miércoles, lo pasaría entonces con mi hijo, sin festejos. Primer cumpleaños sola. Hacerme a la idea me costaba bastante esfuerzo y ese día me desperté tratando de vivirlo como cualquier otro, así es que preparé la cesta planeando quedarnos hasta después del mediodía en la playa.

Había un sol radiante y parecía imposible que bajo ese cielo alguien pudiera detenerse a pensar en la vejez o en la muerte, sin embargo yo estaba allí: soportando el peso de un año más sobre mi cuerpo y la angustia de uno menos por vivir; sintiendo deslizarse la vida irrevocablemente hacia la nada, hacia ese abismo del cual seguramente, intentaremos volver alguna vez, aunque solo sea para tener un mínimo contacto con el más acá que hemos dejado; con este espejismo que es la vida, a la cual nos aferramos en el humano intento de olvidar que adelante y atrás está la muerte; esa demoledora eternidad.

Esa noche nos acostamos temprano, estábamos cansados pero yo no podía dormir, una gran intranquilidad me dominaba. Dejé el libro y apagué la luz dispuesta a conciliar el sueño. Imposible, la luna como un gran farol se filtraba a través de la persiana, otorgando a todo lo que había en el cuarto una extraña y potente luz helada. No quería impresionarme, así es que prendí un cigarrillo y enfrenté la habitación bañada en esa semipenumbra. Todo parecía quieto, lo único viviente era allá afuera el mar, devorándose a sí mismo, y aquí adentro, mi hijo y yo. Silencio. El cigarrillo se consumía entre mis dedos en una incontrolable espera.

De pronto los pasos de Manuel emergieron de la noche. ¿Los pasos de Manuel?, porque no se hicieron presentes en la casa, sino que continuaron en la galería hasta detenerse justo enfrente de mi cuarto. No atiné a moverme, petrificada en donde estaba, yo era un gran oído tendido hacia el jardín.

El corazón me dio un vuelco cuando escu[...] crujir la reposera y después, ese tamborileo [...] sistente que parecía hecho con los dedos so[...] el brazo de madera. Permanecí, inmóvi[...] atenta, sumida en la más profunda confusi[...] no acertaba a explicarme quién podía estar a[...] quién podía desear anunciarme de esa forma[...] presencia.

Pensar me permitió serenarme y el te[...] cedió lugar a la curiosidad, así es que me [...] vanté sigilosamente y espié a través de la v[...] tana. Nada. Nadie, excepto el constante gol[...] tear de los dedos invisibles como en la des[...] perada transmisión de un mensaje indescif[...] ble.

Cuando se detuvieron, me asusté; contuve [...] respiración y cerré los ojos. "Alguien" ent[...] ces, abandonó la reposera y vino directame[...] hacia mí; "alguien" que debía confundirse c[...] la noche me rozó con su aliento, otorgándo[...] una paz ultraterrena. Solo después de esta [...] velación pude dormir.

El fin de semana llegó, y con él no solo M[...] nuel, sino también mi madre, disculpándo[...] por no haber podido acompañarme en [...] veintiséis aniversario; ahora tenía planea[...] quedarse quince días con nosotros y el lun[...] una vez solas, nos dedicamos a contarn[...] nuestras respectivas novedades. Como no [...] saba de lamentarse por lo de mi cumpleañ[...] me atreví a contarle mi experiencia; esa imp[...] sión de haber estado acompañada. A medi[...] que le iba relatando, crecía su asombro; estu[...] a punto de preguntarle si me consideraba lo[...] pero preferí continuar hasta el final.

Cuando terminé de contar, mamá se mantu[...] en silencio observándome con una expresi[...] extraña, como si hubiera estado viendo más a[...] de mi persona. Al fin se decidió a hablar y e[...] tonces me pareció emocionada: —"Tu pad[...] tenía debilidad por vos y lamentablemen[...] murió el día de tu cumpleaños; vos eras m[...] chica como para poder acordarte, pero él ten[...] un tic, o mejor dicho un gesto que lo caracte[...] zaba: ese tamborileo insistente que vos esc[...] chaste, o creíste escuchar aquella noche"— N[...] agregó más y se quedó pensativa.

Yo tampoco dije nada porque esa confidenc[...] no me había sorprendido; siempre había esp[...] rado —quizás inconscientemente— el retorn[...] de mi padre y estaba segura de que no hab[...] sido una alucinación aquello, más aún, esta[...] convencida de que mi padre se había hech[...] presente el día de mi cumpleaños, como [...] sigue haciendo ahora, de manera más imp[...] ceptible; porque él está aquí espantando [...] miedo, montando guardia sobre mis fantasma[...]

## Curiosidades Técnicas y Científicas

### COLCHON SALVAVIDAS PARA BEBES PREMATUROS

Para mejor y mas constante cuidado de recién nacidos prematuros, un ingeniero de los Servicios Británicos de Sanidad acaba de inventar un colchón de alarma que avisa a los médicos y enfermeras de guardia en caso de percance respiratorio grave.

El colchon está provisto de un dispositivo electrónico sumamente sensible que acciona una señal sonora en cuanto el ligero movimiento debido a la respiración de los bebés cesa durante más de cinco segundos.

### "MAX" LA CLINICA CON RUEDAS

La nueva camilla pronto rodará por los pasillos de los hospitales, asegurando a los enfermos que transporte óptimas condiciones de seguridad... y, además, hará ganar un tiempo precioso en casos de dramática urgencia, como diariamente se registran en todas las clínicas del mundo.

Sus inventores norteamericanos la apodaron "Max", y es una moderna camilla con ruedas para el transporte de enfermos o heridos graves, equipada con un completo equipo de reanimación: sistemas de oxigenación, masaje cardíaco automático, desfibrilación, cardioregistro, etcétera.

Así resulta posible cuidar los casos urgentes, incluso en el breve plazo del transporte al quirófano. Y, por añadidura, un sistema cronométrico automático indica a los cirujanos el tiempo transcurrido desde el ingreso del enfermo.

Según sus partidarios, "Max" será de excepcional utilidad en el dominio de los transplantes de órganos, cuando unos pocos segundos pueden ser decisivos.

### LOS COCHES SE VACIAN

Según recientes estudios norteamericanos, cada uno de los vehículos que circulaban en calles y carreteras nacionales en 1940 transportaba un promedio de 3,2 ocupantes. En 1950, la cifra era de 2,1, y en 1965, de 1,2...

"A ese ritmo de disminución, en 1990, todos los autos circularán vacíos", comentó, con lógica implacable, un estadístico bromista...

### TRABAJO TEMPRANO Y TRABAJO TARDIO



La aptitud para el trabajo en las distintas horas de la jornada varía, como se sabe, según cada persona: las hay que se sienten más activas por la mañana y las hay que prefieren tarde y noche.

Después de estudiar durante varios años el fenómeno, el doctor William Blake y todo un equipo de sicólogos británicos acaban de presentar sus conclusiones, según las cuales, los trabajadores matinales serían casi siempre los introvertidos, y los vespertinos y nocturnos, más bien personas sociables, extravertidas, abiertas. Aquéllos rendirían al máximo en el primer tercio del día. En cambio, los extravertidos, siempre en pugna con los efectos de la noche precedente, tardarían más en activarse a fondo y solo se sentirían en plena forma pasado ese mismo primer tercio.

Blake añadió que dichas propensiones están en directa relación con la temperatura, más alta por la mañana en los introvertidos y por la tarde en los extravertidos.

### MAS RAPIDO QUE EL RAYO

Los ingenieros de una compañía de material electrónico con sede en Upsala (Suecia) acaban de presentar un detector de rayos que advierte con seis minutos [...] anticipación y, por lo tan[...] permite la evacuación de [...] zona amenazada.

Para ello se limita a medi[...] compara la densidad de [...] diación electromagnética y [...] campo electrostático. Cuan[...] el cálculo revela la probab[...] inminencia del rayo, suena [...] timbre de alarma y se encien[...] una luz roja. Una vez adver[...] dos, los humanos no tien[...] más que alejarse cuanto an[...] en orden y sin atropellos.

### COMO CANGURO EN EL AGUA

Los amigos del canguro [...] alegrarán de saber que [...] animal favorito puede ser [...] excelente nadador cuando [...] encuentra en un peligro [...] cepcional —ataque, inun[...] ción— que le fuerce a zam[...] llirse. Además, su estilo n[...] torio es eficaz y origi[...] mueve las patas como los [...] ballos mientras que con [...] cola golpea verticalment[...] agua como la de los peces.

Los australianos han re[...] gido canguros del agua a [...] rios kilómetros de la costa [...] los zoólogos, que solían [...] plicar la presencia de [...] marsupiales en islas rela[...] mente lejanas por un des[...] ronamiento del litoral co[...] nental, empiezan a pensar [...] acaso llegaron a nado...

# Imprecisos Límites Separan la Edad Madura de la Vejez




*Hasta épocas bastante recientes, el tratamiento de la menopausia planteaba pocos problemas ya que la mayoría de las mujeres moría antes de alcanzarla. Empero, hoy, la expectativa de vida supera los 74 años en la mayoría de los países desarrollados. El término "síndrome menopáusico" comprende un conjunto de síntomas que suele presentarse en el climaterio. Esta fase, que marca el tránsito de la madurez a la vejez, tiene cada vez límites más imprecisos. Hoy la gestación después de los 40 es un fenómeno frecuente.*



*La actriz Claudia Cardinale. Fue madre, por segunda vez, a los 40 años; en pleno esplendor de su singular belleza física.*



*Ursula Andress. Fue madre por primera vez a los 42 años, desoyendo el consejo de médicos y amigos. Nació un bebé robusto y normal. Crece el límite de edad para una gestación sin problemas.*

El tratamiento de la menopausia o de la "edad madura" es un capítulo reciente en la medicina. Antiguamente las expectativas de vida eran tan breves que las mujeres no alcanzaban a vivir hasta los 45 ó 50 años, términos en los que generalmente aparece este ciclo de la vida. En la antigua Roma, la duración media de vida era de 23 años; en el siglo XIV aumentó en diez años y actualmente se prolonga hasta los 74 años.

Para el ginecólogo neoyorkino Robert A. Wilson, una mujer puede eludir este ciclo biológico, y sus males concomitantes, tomando hormonas de por vida.

La tesis que desarrolló este científico desde hace tres décadas, es que la menopausia y sus síntomas no forman parte del proceso natural de envejecimiento, sino que son el resultado de una enfermedad carencial. Es decir, que con un tratamiento adecuado, ésta puede evitarse totalmente.

El Dr. Wilson la compara con la diabetes y afirma que así como la insulina controla este trastorno, los estrógenos pueden lograr el mismo efecto sobre la menopausia.

Sus principios se han difundido y un número cada vez mayor de médicos se suman a este concepto, lo que ha llevado a afirmar que **"la menopausia es un error de la naturaleza ya que la hembra humana es el único animal cuyos ovarios dejan de funcionar antes de la muerte"**.

La terapia a seguir se inicia a los 30 años con la administración de comprimidos estrogénicos durante tres semanas al mes en dosis adecuadas a cada paciente. A la cuarta semana se interrumpe la administración de píldoras y sobreviene la menstruación.

Para la mujer que ya entró en la faz menopáusica, prescribe estrógenos diariamente durante un período de 40 a 70 días, seguido de otros diez en los cuales administra progestina. De este modo induce un ciclo seudomenstrual que elimina la mucosa uterina hipertrofiada por la acción del estrógeno. Este tratamiento recibe aún controvertidas opiniones a pesar de lo cual una gran mayoría de médicos coincide en señalar los benéficos efectos de esta terapia para evitar las sofocaciones y sudores.

En Estados Unidos y Gran Bretaña, los ginecólogos creen que un gran porcentaje de mujeres menopáusicas mejoran notablemente con una pequeña dosis de estrógenos cuya cantidad varía con el número y la gravedad de los síntomas.

Por su parte, el doctor Edmund K. Novak de la Universidad Johns Hopkins de Baltimore sostiene que solamente un 5 a un 10% de los trastornos atribuidos a la menopausia son de origen hormonal ya que el resto es psíquico.

## ¿MENOPAUSIA O CLIMATERIO?

Ambos términos suelen confundirse. Menopausia es la cesación del período menstrual y generalmente se presenta a partir de los 45 ó 50 años. Aunque la función del ovario comienza a declinar unos años antes, en la mayor parte de las mujeres no se interrumpe por completo hasta los 80, aproximadamente.

El climaterio es un término más amplio y representa una fase de la evolución que separa la madurez de la vejez. Sus límites por lo tanto, son imprecisos.

Esta etapa se caracteriza por un conjunto de trastornos funcionales y de alteraciones orgánicas en cuyo centro figura la menopausia en la mujer y la declinación testicular en el varón.

Alrededor de cincuenta síntomas aparecen en esta etapa y se denominan "**síndromes menopáusicos**" y van desde golpes de calor hasta dolores óseos o trastornos gastrointestinales.

Solo un 25% de mujeres no experimenta ningún tipo de trastornos durante la menopausia, excepto la finalización del ciclo menstrual. Quizás una explicación de este fenómeno se pueda atribuir a una actitud de la sociedad que influye notoriamente en las depresiones femeninas, ya que éstas no aparecen en los hombres.

El climaterio en el varón se caracteriza por un estado de transición que afecta sus hábitos de pensamiento; preocupación por ambiciones frustradas y en algunos casos por envejecimiento físico. Muchos hombres conservan un poderoso impulso sexual durante toda la vida, aunque a veces, alrededor de los 60 años, se presenta un decrecimiento de la libido y potencia sexual, como consecuencia del decaimiento testicular. También se manifiestan irritabilidades, depresiones

## LA FECUNDIDAD NO ES LA UNICA GRATIFICACION

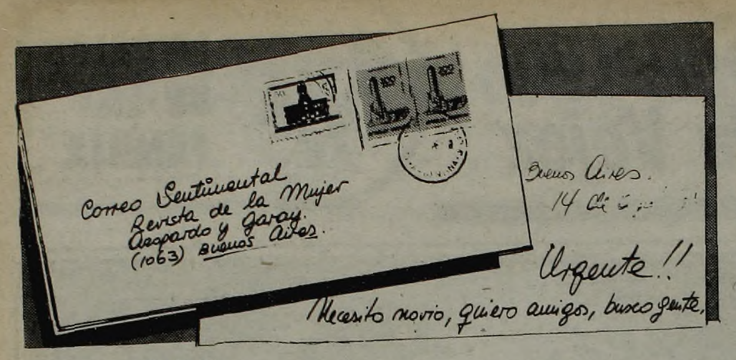
Aunque los casos de Claudia Cardinale y Ursula Andress no son muy comunes, tampoco pueden considerarse excepciones. La primera fue madre por segunda vez a los 40 años y la sueca tuvo su primer hijo a los 42 abriles.

En la etapa en que comienzan a insinuarse síntomas de menopausia, ambas fueron madres sin inconvenientes. Otro tabú que la medicina actual superó. Hasta hace muy poco, había una mayoría convencida que la maternidad era una función que se podía dar hasta los 40 años y que después había que evitar.

Sin embargo, la maternidad no es la única función de la mujer, aunque constituye, sin dudas, la función biológica y psíquica más importante.

Los condicionamientos sociales que durante años han atribuido un papel meramente biológico a la mujer como reproductora y luego encargada de la crianza de los niños, desencadenan crisis en aquellas que creen que una vez finalizado su ciclo fértil pierden importancia.

Mientras que las que se dedican a una profesión o actividad extrahogareña, tienen menos posibilidades de ser afectadas por esta crisis que genera angustia. La sexualidad, la reproducción y la educación de los hijos, pueden ser importantes tanto para el varón como para la mujer, pero deben ser libremente elegidos y no como una obligación que excluya otras posibilidades de realización para la mujer.




### TIMIDOS

Dos muchachos muy tímidos que buscan cariño, desean recibir cartas de chicas de 18 a 22 años. Daniel y Javier. Estación Ezeiza. La Universal (1804) Ruta 205. Provincia de Buenos Aires.

### BUSCA MUCHACHA

Que sea hogareña, con quien compartir momentos gratos y formar un matrimonio. Escribir a: Daniel Alberto Coronel. Avenida del Libertador 8209. Capital Federal (1457).

### SEPARADO

De 29 años, hace 7 que vive solo. Quisiera conocer a una dama de 25 a 35 años. Escribir a: Pedro Ruiz. Montevideo 1755. Barrio Sarmiento. Villa Ballester (1653). Provincia de Buenos Aires.

### BUSCA AMISTAD

Tengo 17 años y me gustaría entablar correspondencia con jóvenes de ambos sexos que tengan entre 17 y 20 años. Escribir a: Mónica Beatriz, Quirno Costa 2434. Lanús Oeste. Provincia de Buenos Aires (1824).

### SOLO

De 27 años, quisiera cartearse con todos los muchachos y chicas que también están solos como él en la gran ciudad. Espera recibir muchas cartas y promete contestarlas todas. Escribir a: Domingo Roque Sosa. Sarmiento 1139. Habitación 10. Capital Federal (1041).

### PRIVADO DE LIBERTAD

Joven de 20 años desea cartearse con chicas de 15 a 20 años. Le gusta la música, la poesía y coleccionar postales. Escribir a Miguel Angel Lencina. Casilla de Correo Nº 79. C.P. 1900. La Plata. Provincia de Buenos Aires.

### JOVEN

De 30 años, soltero, quisiera encontrar una muchacha para compartir momentos y terminar con su soledad. Tiene fines serios. Escribir a: Juan C. Muria. Alsina 3050. Capital Federal.

### AMIGOS

Un joven de 23 años quiere recibir cartas de amigos y amigas sin distinción de edad. Espera correspondencia. Francisco José. Zuluaga 100. Remedios de Escalada (1824). Provincia de Buenos Aires.

### SEPARADO

De 29 años, con tres hijos pequeños a su cargo, desearía conocer a una mujer para reconstruir su vida. Es muy trabajador, posee un terreno y una prefabricada. Espera cartas a: Roberto Agüero. Casilla de Correo 1832. Viena 1056. Parque Municipal. Lomas de Zamora. Provincia de Buenos Aires.

### VIUDA

De 50 años, quisiera encontrar a señor de 50 a 55 años, sin compromiso, para formalizar una sólida relación. Enviar cartas a República 626. Villa Ballester. Provincia de Buenos Aires.

### DESMENTIDA

La señora Nancy Bazán, de la ciudad de Mar del Plata, niega haber enviado a publicar a esta redacción un aviso en el cual solicitaba marido. Pide, por esa razón, que se abstengan de enviarle todo tipo de correspondencia.

### DOS CHICAS

De 12 y 14 años quisieran comunicarse con jóvenes de 11 a 15 años sin distinción de sexo. Escribir a: Silvana y Mariela. Charcas y San Francisco 2895. Barrio San José. Morón. Provincia de Buenos Aires (1708).



## CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

Los signos friolentos: los de Agua, especialmente Piscis, por su lenta circulación. Si su hijito es de ese signo, conviene, amiga, exigirle un poco para que corretee y se ejercite. Los piscianos tienen casi siempre metabolismo más lento que los demás.

Los signos de Fuego en cambio son muy resistentes, pero Sagitario a menudo peca por lo mismo que Piscis, en la juventud: de metabolismo lento. Ningún sagitariano o sagitariana debe descuidar los ejercicios diarios.

Un poco de picardía y otro poco de paciencia se necesitan para llevar adelante a un librianito perezoso. Mamá debe plantear la cuestión del estudio como algo muy divertido, sentarse junto a la criatura, interesándose vivamente por el tema: "a ver, explicámelo, yo ya hace tanto que olvidé todo de geografía". El se sentirá a la altura del maestro y se pondrá a explicarle los misterios de latitud, longitud, ciudades extranjeras, etcétera. Usted tendrá que escucharlo con la cara arrobada de admiración.

Una cancerianita siempre es más lenta de lo que son sus compañeras de otros signos. A menudo necesita una explicación varias veces para poder asimilarla. Si usted, amiga, nota que su hijita de Cáncer anda mal en el colegio, la causa puede ser una maestra algo impaciente y de hablar rápido. Conviene verla y explicarle el problema.

## GUIA LUNAR PARA LA MUJER

*Los días 15-16 y 17 hasta las 19 horas: Luna en Virgo, excelente para cálculos, concentración mental, pero trae roces con mujeres en general. Favorece a los signos de Tierra y de Agua.*

* * *

*Los días 19 por la noche, Luna en Piscis. Excelente ocasión para resolver conflictos y limar asperezas cotidianas.*

*Los días 17 por la noche y los 18-19: Luna en Libra. Favorece a los signos de Aire. Esta vez trae discrepancias familiares, especialmente con jóvenes.*

* * *

*Los días 20-21: Luna en Escorpio. Intuición, inspiración para los signos de Agua. Favorece a las reuniones espirituales. Facilita la tarea de los médicos para diagnosticar.*

# HOROSCOPO SEMANAL

Por Lily Sullos



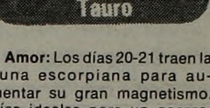


### Aries

**Amor:** La Luna en Libra en los días 18-19 la ayudará a resolver un problema con mucha diplomacia. Regalo, atención, momentos felices.

**Finanzas:** Usted desea algo que no está a su alcance y si lo lograra, haría tambalear el presupuesto familiar... Cuidado con estos antojos; usted se arrepentiría.

**Salud:** Molestias dentales, visuales; jaquecas.



### Tauro

**Amor:** Los días 20-21 traen la Luna escorpiana para aumentar su gran magnetismo. Días ideales para un acercamiento amoroso.

**Finanzas:** Etapa muy positiva en toda iniciatvia comercial, trámite y también para estudiar algo totalmente nuevo. Ganancias extra que la sorprenderán.

**Salud:** Buena, pero cuidese de abusos alimenticios.

### Géminis

**Amor:** Una tonta discusión, por culpa de una tercera persona, podría ensombrecer su relación de pareja. Cuidado con las confidencias con amigas.

**Finanzas:** Un gasto innecesario o compra poco feliz: ropa o algún implemento casero. Una amiga o pariente mujer la hará gastar en algo insólito.

**Salud:** Molestias circulatorias.

### Cáncer

**Amor:** Si usted ahorra palabras, limitándose a mirar, a sonreir, podrá evitar un disgusto entre los dos. Mercurio opuesto la incitaría a discutir, ¡cuidado!

**Finanzas:** Favorables, pero hay pequeños tropiezos en forma de pérdidas: documentos, dinero o algún objeto de valor. Preste atención.

**Salud:** Buena, pero usted está agotada.

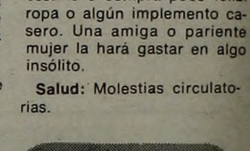


### Leo

**Amor:** Los días 18-19 traen la posibilidad de una reconciliación. Momentos felices en una velada agradable. Regalo o compra que aumentará su belleza.

**Finanzas:** Un poco de audacia, otro poco de suerte y usted logra una gran adquisición. Necesidad de arreglar un trámite.

**Salud:** Molestias intestinales, nervios, insomnio.



### Virgo

**Amor:** Si usted ha pensado en un reencuentro, le recomendamos los días 20-21, excelentes para cualquier conquista amorosa.

**Finanzas:** Peligro de una tentación: usted podría dejarse llevar por su imaginación, iniciando un compromiso de pago a largo plazo con condiciones poco favorables.

**Salud:** Molestias digestivas, fatiga.



### Libra

**Amor:** Ciertos rocecitos por celos o por un amor propio exagerado de su parte. Alguien querrá competir con usted o disminuirla.

**Finanzas:** Gastos de coquetería que traerán discusiones y pérdida de tiempo. Conviene vigilar su presupuesto familiar y ser cuidadosa en las compras diarias.

**Salud:** Pesadez, jaquecas, agotamiento, posible falta de sueño.



### Escorpio

**Amor:** Los días 15-16 son ideales para un diálogo sensato y también para un reencuentro. Alegría por gente joven y la satisfacción por un hijo, o una actitud amable de él.

**Finanzas:** Protegidas, usted está muy bien encaminada, algo iniciado anteriormente da sus frutos. Pequeño bloqueo en el día 21, que es negativo.

**Salud:** Molestias urinarias y digestivas, pesadez.



### Sagitario

**Amor:** Los días 18-19 podrían devolverle la alegría y la fe en su propia seducción y magnetismo. Posible reencuentro, hasta reconciliación.

**Finanzas:** Gastos algo inesperados, pero necesarios en una reunión familiar o por algo que falta hace tiempo en su casa. Regalo útil, alegría.

**Salud:** problemas digestivos, inflamación, nervios, culminando en el 28.



### Capricornio

**Amor:** notas perturbadoras en la pareja; usted está celosa o se siente herida en su amor propio... Le conviene analizar un poco mejor los acontecimientos.

**Finanzas:** Las "pequeñas" protegidas, especialmente las compras rápidas, pequeñas inversiones, trámites. Gran lucidez mental en un trabajo intelectual.

**Salud:** mejora si usted se mueve un poco más. ¡Cuídese de resfríos!



### Acuario

**Amor:** Notas discordantes en la familia por culpa de una persona susceptible o demasiado orgullosa. Procure no pecar de lo mismo.

**Finanzas:** una buena adquisición o inversión, un buen comienzo, pero también la desazón por algún plan suyo para lo que usted necesitaría fondos... Intente conseguirlo en el día 30.

**Salud:** Dinamismo, pero también tendencia a la exageración.



### Piscis

**Amor:** Los días 15-16 traen la Luna en Virgo, dándole ventajas en todo, especialmente en los diálogos. Si usted pensó pedirle algo a su pareja, son los momentos ideales.

**Finanzas:** Gastos en un aparato que se avería o en alguna instalación, máquina o coche. Procure estar muy atenta, ya que podrían estafarla.

**Salud:** molestias digestivas por exceso de grasas o dulces ¡cuidado!

# GUIA DE SUGERENCIAS PRACTICAS PARA EL HOGAR



### DOLOR DE CABEZA

**Si usted padece de frecuentes dolores de cabeza (sobre todo al acostarse) y no puede conciliar el sueño, pruebe tomar un té de cáscaras de limón y naranjas. Las instrucciones para hacerlo son sencillas: poner a hervirlas en agua, y agregarle un poco de azúcar al servirlo, para quitar el sabor ácido del limón. El resultado es un sueño tranquilo y, por supuesto, no más dolor de cabeza.**

### NIÑOS Y ANIMALES



Los perros y los gatos, fieles compañeros de sus hijos, pueden convertirse de pronto en enemigos. Por esa razón, explíqueles a los chicos que si molestan exageradamente a sus animalitos, éstos podrían reaccionar mal y morderlos o rasguñarlos, y ocasionar un disgusto familiar.

★★★★★★★★★★★

### COMER MEJOR

**¿Sabía usted que el peor enemigo de las dietas de adelgazamiento es el hambre? Ese problema, sin embargo, no se soluciona con pastillas, que dañan la salud. Un método más sencillo, y más atractivo para los gorditos, es comer varias veces al día. Lo ideal es hacerlo 6 veces, sobre la base de a tres comidas por la mañana y tres por la tarde. Es importante *ingerir alimentos* cada dos horas y media, aproximadamente.**

★★★★★★★★★★★

### A LA HORA DEL TE



Además de las típicas cenas y almuerzos, el té puede ser también un motivo de invitación a amigos o parientes para pasar un momento grato. Es conveniente, entonces, acompañarlo con varios tipos de dulces, y seguir la costumbre galesa al respecto. Esto es, cortar las tortas en trozos pequeños para que los comensales puedan gustar cada una de las variantes preparadas.

### VITAMINA C

Para el invierno, una de las mejores y más sanas maneras de prevenir resfríos y gripes es *ingerir diariamente* una buena cantidad de vitamina C. Puede ser a través de jugos cítricos (pomelos y naranjas) o bien con las vitaminas sintéticas, que no producen rechazo y son bien recibidas por todos las que las utilizan.

### TELAS PINTADAS

Si se decidió a dibujar o pintar su remera o cualquier otro tipo de prenda parecida, no olvide que el pincel a utilizar debe ser *fino pero de pelo duro* y la pintura será diferente *según el tipo de tela que quiera* renovar.

★★★★★★★★

### SILLAS REFORZADAS

Es muy habitual que los chicos y hasta los adolescentes se "hamaquen" en las sillas de sus casas, y a pesar de retos y ruegos siguen haciéndolo. Un medio práctico para solucionar el problema que esto trae aparejado —el total desajuste de las piezas— puede ser reforzarlas con ángulos metálicos laqueados que coincidan con el color de la silla en cuestión.

### DORMITORIO DE LOS NIÑOS

Uno de los problemas más importantes respecto del mobiliario de la habitación de los chicos, es que a medida que ellos crecen, debe ir renovándose según la edad y no siempre los presupuestos resisten esos cambios. Una solución es equipar la habitación con muebles integrados por *módulos que permiten* reformar el ambiente a medida que los niños se hacen grandes. Puede consultarse en algunas mueblerías. Paraná 1343; Virrey del Pino 2383; Amenábar 2164 y Pueyrredón 2474.

Si usted tiene muebles "viejos" y desea renovar el dormitorio de los chicos, recuerde que hay muchas instituciones que le agradecerán su donación.

★★★★★★★★

### SOMBRAS

*Si la piel es muy oscura,* no conviene aplicar sombras de párpados de color marrón. En cambio, si la piel es sumamente clara, habrá que evitar la sombra verde o celeste muy fuerte.

### ILUMINACION

*Hoy en día, no* es necesario colocar vistosas y caras arañas o plafones para dar luz a los ambientes. Pueden elegirse, en cambio, lámparas de línea moderna, distribuidas de tal modo que brinden iluminación a todo el recinto. Es conveniente ponerles bombitas eléctricas potentes, que dan más fuerza a la luz que irradian.

### DESAYUNO

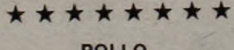
*Muchos chicos no* toman su diario desayuno porque dicen *sentirse mal luego de hacerlo.* Esto puede ser cierto, pero de cualquier modo es una costumbre que puede revertirse. Sobre todo en esta época del año, es importante que los niños salgan de casa con una infusión caliente en el estómago. Intente, entonces, preparar alguna torta tipo bizcochuelo, o bien darle galletitas dulces *para incentivar* en ellos los deseos de comer. En poco tiempo, ellos mismos le pedirán desayunar.

### COMIDAS

*Para evitar que* las comidas ya cocidas y puestas en la heladera se sequen o entren en mal estado de conservación, pruebe envolverlas en papel de aluminio.

### VACACIONES DE INVIERNO

Cuando llegan las vacaciones *muchas madres no saben* cómo entretener a sus chicos. *Una sugerencia útil,* es acercarse a la Escuela de Tiempo Libre, en Quito 4064, que ofrece dos semanas distintas para niños de 2 a 10 años. Allí podrán hacer gimnasia, los llevarán de excursión, les proyectarán películas y otras distracciones. Para más información, llamar al teléfono 811-0744.

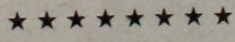


### POLLO





La manera ideal de cocinar un pollo para que éste no engorde en absoluto, es quitarle toda la piel antes de cocinarlo o asarlo. Porque si se le saca una vez hecha alguna de esas dos operaciones, la grasa ya penetró en el interior de la carne y en definitiva, engordará igual.



### ZAPATOS

Si el cuero de sus zapatos está demasiado duro, pruebe pasarles un paño embebido en glicerina. Al probárselos los notará mucho mejor.

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

### LAS COMPRAS

Es conveniente hacer las compras grandes para la casa (artículos de limpieza, carne, frutas y verduras) una o dos veces por semana. De este modo hasta es posible hacer *un pequeño control del presupuesto* y tener la casa bien provista ante cualquier eventualidad.

★★★★★★★★

### LA MODA



★★★★★★★★★★★

Este año está muy de moda la gamuza. Aprovéchela entonces, ya que es una de las variedades del cuero que más abrigan. Hay todo tipo de zapatos y también algunas prendas diseñadas en ella, que por otra parte siempre son muy vistosas.

### MATELASSE

Si a usted le gusta conservar la línea romántica de sus ambientes, puede optar *por utilizar el matelasse en* almohadones y colchas. Hay en *muchísimos* colores, que dan un toque de originalidad, sobre todo si se los combina con muebles de caña o estilos contemporáneos.

### SOBREPROTECCION

No olvide que un niño demasiado sobreprotegido durante la infancia, *se convierte* más tarde en un adulto que no sabe resolver su vida y decidirse por sí mismo y que exige siempre una compañía permanente.

### PAPANICOLAU

***A pesar de existir técnicas más perfectas y seguras,* el Papanicolau debe realizarse una vez por año luego de iniciar relaciones sexuales. En general, detecta casi siempre la posible aparición de algún tipo de cáncer de órganos femeninos.**

### ARRUGAS PROFUNDAS

Entre los novedosísimos métodos que impone la cosmetología, hay uno excelente *para corregir las arrugas* profundas. Se basa en el uso de sustancias bioestimulantes, que mejoran el metabolismo epidérmico empobrecido y logran rejuvenecer el rostro.

### POLLERA PANTALON

¿Qué hacer con esos jeans pasados de moda? Una solución puede ser la pollera pantalón. El procedimiento es sencillo. Marque el largo deseado a la altura de las piernas del viejo pantalón. Córtelo, dejando unos centímetros para hacer luego el dobladillo. Después, descosa las piernas y únalas entre sí, de adelante y de atrás. Tendrá una prenda nueva, y muy económica.

### UN PLAGUICIDA CASERO



Usted seguramente ya no sabe qué hacer con todos los bichitos que atacan su *hermoso jardín.* Puede probar un recurso casero, de alto rendimiento y muy económico. En un litro de agua sumerja el tabaco de dos cigarrillos largos. Mézclelo bien, y luego rocíe su jardín. Verá los resultados.

### PINTAR

Antes de decidirse a pintar las paredes de su casa, conviene que recuerde que cada color produce una sensación distinta de estado de ánimo. Los colores rojo, naranja y amarillo son cálidos y vibrantes y estimulan la alegría y el dinamismo. En cuanto a los azules, violetas y verdes, hacen del ambiente un lugar frío, y producen depresión.

★★★★★★★

### LAS ALFOMBRAS

Las alfombras son, desde hace aproximadamente 15 años, elementos muy decorativos, que quedan bien en cualquier hogar. Pero no es necesario combinar estilos de muebles con tipos de alfombras. Una de tipo tradicional o bien oriental o moderna puede participar perfectamente de un ambiente con muebles de estilo, como por ejemplo el Luis XVI.

★★★★★★★★

### TALLER DE TEATRO



*Formación actoral* y análisis de las estructuras dramáticas. Abierto para adolescentes y adultos, permite la incorporación de estudiantes y profesionales de otras disciplinas. Clases nocturnas, martes y jueves de 20.30 a 22.30; diurnas, lunes de 10 a 12.45.

Los interesados pueden recabar mayores informes en Carlos Calvo 727, Capital Federal, de martes a viernes de 9.30 a 19.30 y sábados de 9.30 a 13.30.

### LA BUENA MESA

Recuerde que el vino, por más fino que sea, nunca debe acompañar las *frutas ni* las comidas que contienen mucho vinagre. Con los postres va el vino dulce blanco y a veces frutado, o eventualmente el champagne.

### LA ROPA DE DORMIR

**Es importante observar tres características principales que deben reunir los camisones y piyamas para niños, sobre todo en el invierno. En primer lugar, tendrán que ser prendas holgadas, sin elásticos que dificulten la normal circulación sanguínea; es conveniente que sean además livianas, pero al mismo tiempo abrigadas porque algunos niños "deambulan" por la casa a la noche o bien se destapan con frecuencia.**

# Los Imprescindibles Almohadones

Para cada almohadón se necesitan 45 cm. de tela, igual cantidad de espuma de nylon del mismo material.

Cortar 2 partes de 45 cm. de lado y sobrebordar los motivos indicados en el esquema, distribuyéndolos de acuerdo con el motivo del almohadón elegido.

Bordar el motivo circular en punto sombra, los circulitos en punto mota y las flores y motivos alargados en punto margarita. Unir ambas partes dejando un lado abierto. Cortar 2 partes iguales de espuma de nylon, unirlas entre sí dejando una abertura para rellenar. Cerrar la abertura y colocar dentro de la parte principal. Coser el borde restante con puntadas invisibles.





Para este almohadón se necesitan 45 cm. de tela de raso de tapiceria; la misma cantidad de espuma de nylon; 100 gr. de lana celeste y 50 gr. negra; una ag. de crochet Nº 3.

**Medio Punto:** Picar la ag. en una m. de base, enganchar la hebra formando 1 m., con 1 laz. cerrar las m. de la ag. **Punto Vareta:** 1 laz. sobre la ag., picar ésta en una m. de base, enganchar la hebra formando 1 m., con 1 laz. cerrar 2 m. de la ag., con otra laz. cerrar las m. restantes.

Llevar el motivo a tamaño natural guiándose por el esquema indicado (cada cuadrado equivale a 3 cm. por lado) y tejer los motivos en p.v. con celeste los centros y los bordes con negro, aum. y dism. de acuerdo al motivo base.

Para los bordes tejer un cuadrado de base de 45 cm. por lado y tejer con celeste así: 1ª h.: en m.p.; 2ª h.: * 1v. en la 1ª m. de base y sin cerrarla tejer una 2ª y una 3ª v. en cada m. de base sig., cerrar las 3 v. juntas, 2 c. al aire *, repetir de * a * toda la h. haciendo en cada esquina 6 c. al aire; 3ª h.: 1 v. en cada m. de base haciendo en cada esquina 8 v. Unir el motivo central al de borde y aplicarlo con puntadas escondidas sobre la tela. Unir ambas partes, dejando un lado abierto. Cortar dos partes iguales en espuma de nylon y unirlas dejando una abertura para rellenar. Cerrar y colocar dentro de la parte principal. Cerrar la abertura.

## NOCTURNO

Silencio de la noche, doloroso silencio
nocturno... ¿Por qué el alma tiembla de tal manera?

Oigo el zumbido de mi sangre,
dentro mi cráneo pasa una suave tormenta.

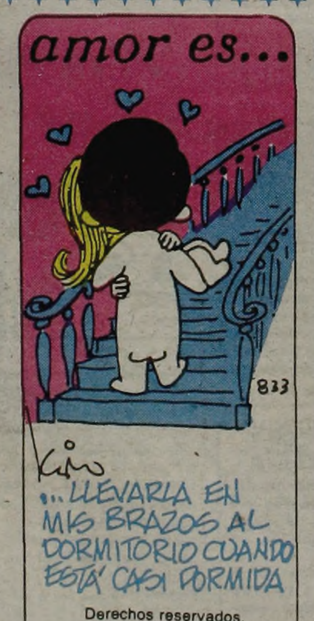
¡Insomnio! No poder dormir, y, sin embargo,
soñar. Ser la auto-pieza de disección espiritual, ¡el auto-Hamlet!

Diluir mi tristeza
en un vino de noche
en el maravilloso cristal de las tinieblas...

Y me digo: ¿a qué hora vendrá el alba?

Se ha cerrado una puerta...
Ha pasado un transeúnte...
Ha dado el reloj tres horas...
¡Si será ella!...

**Rubén Darío**
















## RIMAS

Yo sé un himno gigante y extraño
Que anuncia en la noche del alma una aurora,
Y estas páginas son de himno
Cadencias que el aire dilata en las sombras
Yo quisiera escribirlo, del hombre
Domando el rebelde, mezquino idioma,
Con palabras que fuesen a un tiempo
Suspiros y risas, colores y notas.
Pero en vano es luchar; que no hay cifra
Capaz de encerrarlo, y apenas, ¡oh hermosa!,
Si, teniendo en mis manos las tuyas,
Pudiera al oído cantártelo a solas.

**Gustavo A. Becquer**